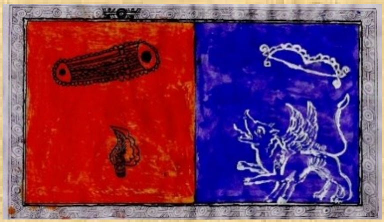
ISSN।2229-547X।VIDEHA

𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯।𑓓𑓕𑓔।𑒧।𑒁𑓀𑒏।𑓑𑓕।𑒮𑒱𑒞𑒧𑓂𑒥𑒩।𑓒𑓐𑓒𑓒।(𑒫𑒩𑓂𑒭।𑓑𑓕।𑒧𑒰𑒮।𑓑𑓗𑓗।𑒁𑓀𑒏।𑓓𑓕𑓔)

𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯।www.videha.co.in।

𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 𑒧𑒻𑒟𑒱𑒪𑒲 𑒣𑒼𑒟𑒲 𑒛𑒰𑒅𑒢𑒪𑒼𑒛: 𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 𑒂-𑒪𑒩𑓂𑒢𑒱𑓀𑒑



𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯-𑒣𑓂𑒩𑒟𑒧 𑒧𑒻𑒟𑒱𑒪𑒲 𑒣𑒰𑒏𑓂𑒭𑒱𑒏 𑒂-𑒣𑒞𑓂𑒩𑒱𑒏𑒰

𑒮𑒧𑓂𑒣𑒰𑒠𑒏: 𑒑𑒖𑒹𑒢𑓂𑒠𑓂𑒩 𑒚𑒰𑒏𑒳𑒩।



[illegible]

©2000-2022 [illegible] http://www.geocities.com/.../bhalsarik_gachh.html, http://www.geocities.com/ggajendra [illegible] http://gajendrathakur.blogspot.com/2004/07/bhalsarik-gachh.html [illegible] *http://videha.com/2004/07/bhalsarik-gachh.html* [illegible] *wayback machine of https://web.archive.org/web/*/videha 258 capture(s) from 2004 to 2016- http://videha.com/* [illegible]

[illegible] http://www.videha.co.in/ [illegible]

©2000-2022 [illegible] ISSN 2229-547X VIDEHA (since 2004) [illegible] Editor: Gajendra Thakur.

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible] www.videha.co.in [illegible]

Videha 'e-Journal: 'Issue 'No. '358 'at 'www.videha.co.in ''



ལྟ་ཡི། ལྷ་ཁང། ཀྲུ་སྤྱི། ཁྲ་ལྷ་ཡི་སྟེ་ཁ། ཀ་ཐོ། ཡེ་ཡི་པར། ༄༅ གཞུ-ཡུ། ཀྲུ་ཕྱོ།
ཡོ་ཚ། ཛོ་ཡི། ཡ་ཐུལ། ཏྲ་ཡ། ཧོ། ཡེ་ཧྲི་ཐུ་ཁ་ཡ་ཀྲུ་སྤྱི། ཀྲྀ་ཧྲི་ལི། ཡེ་ཀར། ཀྲི་ཧྲི་ཀྲུ་སྤྱི།
ལྟེ། ཀ་ཡི། པ་པ་ར་ཧ།།

ཡ་ཀྲུ་ཀལ

ཡི། ཡོ་ཀལ། ཡཆི:-

༡.༡. ཡཏྲེ་ཡུ། ཁྲུ་ཀར-། ཀྲུ་ཧ་ཡ། ཡོ་ཀ། པ་ལྷུ། ཀྲི་ཡ

༡.༢. ཡོ་ཀ། ཐ་པྱ། པར། ཀྲི་ཡུ་ཁྲི།

ཡཁྲི་ཀྲུ་ཚེ་ཧ་ཀྲ་ཡི་ཡི་ཁྲུ་ཀ

༢.༡. ཡུ་ཕྱུ་ཧ་ཡི་ཡི་ཁྲུ་ཀ་ཀ་ཡེ། ཐྲལ

༢.༢. ཡཁྲི་ཀྲུ་ཚེ་ཧ་ཀྲ་ཀ། པ་རི་ཚ་ཡ།-། ༄༅ ཡུ་ཕྱུ་ཧ། ཐྲི། ཛ་ཁྲི་ཡ། ཚ་ཡུ།
ཁྲུ་ཀར།'ཡ་ཡི་ལ'༄

༢.༣. ཡཁྲི་ཀྲུ་ཚེ་ཧ་ཀྲ། ཏྲི་ཀར། པུ་ཀྲ་ཧྲ་ར། ཛ་ཁྲི་ཡ། ཚོ་ཡུ། ཁྲུ་ཀར།'ཡ་ཡི་ལ'།
ཧྲི་ཧ

२.४. [illegible]

२.५. [illegible]

२.६. [illegible]

२.७. [illegible]

२.८. [illegible]

२.९. [illegible]

२.१०. [illegible]

२.११. [illegible]

२.१२. [illegible]

༢.༡༣.ཡིཞིག-།ཞཀཱིཀྲུ།རྟེ

༢.༡༤.ཞིཝཐྃཀསཞྀཞིཞྐམ-།ཇིཞིཞི།ལཧྲུར།ཀྱཞིཞིཔྱིཧྲྃ

༢.༡༥.ཀཱྀར།ཀཱྀཞཞ-།ཇལརཱཞར།ཀྲུ།ཞྀཡཱྀ

༢.༡༦.ཡཱྀཞྀར།ཡཞཆིཞྐར-།ལིཞིཞྐི།པཱཇིཧྱལ།ཞཀཱིཀྲུ།ཆིཧྲཞྐི།ཀར།
ཡེཞཱཞ

༢.༡༧.ཞིཇིཞྐི།ཇིཀྲུར-།ཞཀཱིཀྲུ།ཆིཧྲཞྐིཀ།པཱྃཞྐརཐ།པཱཇིཧྱ།[ཞྐཧ-
ཞཧཡར།ཞཧ།༄༅I-IV༄༅]

༢.༡༨.ཞིཇིཞྐི།ཇིཀྲུར-།ཞཀཱིཀྲུ།ཆིཧྲཞྐིཀ།པཱྃཞྐརཐཞྐཀ།ཇཞྐཐ-ཞྃཞྲ།
པཱྃཞྲཇ-།'ཇཱྃ།ཇལ།ཇིཞིཧཆྃ'

༢.༡༩.ཞིཇིཞྐི།ཇིཀྲུར-།ཞཀཱིཀྲུ།ཆིཧྲཞྐིཀཧྲིཞཞྐཞྃཞྲ།པཱྃཞྲཇ-།'ཝཞྐ།
ཡཇཞྲཧ།།ཡལ..',།'ཞཝརཞིཇཞ'།ཡཱ།'ཀཞཡཱ།ཀཞྐཀ།ཀཞྐལིཞ'

༢.༢༠.ལཞྐཐ།ཇཱ།པཱཞར-།ཞྃཞྐིལིཞིཞྐིཞྐཞར།ཀྲུ།ཧྲི!

༢.༢༡.ཇཞཱཞཞྲ།ཞྐ།'ལཞྲ'-།ཡཧ།།ཡལ

༢.༢༢.ཧྲི་ཇརལ-།ཁྲཱི།ཀྲ།ཀྲུལྷརཱིཆཻ་ཇཱིཀྡ།ཕཱུཇི༦།:།'ཕྲརཙ།ལྷཱུཏཱི།
ཀརཛཱཾ།མཝཕྲྀཀྲ'

ཨཱི།ཡཱཾཀཀ།ཡཇྙཤ།རཚཀྲ

༣.ཀྲྀ།ཁྲཛཾ

༣.༡.ནཱལཱིལྡམ།ཕཱུཅག།པ།ནྣ།གཙ-།གཙ-༡།ཇཨིབར།མལྦུ།གིཡ།
མལིཀྟ།ཡཱཾཏྲིཏྟིལ།མལྦུ།གིཡ།ཕྲཱིཟྲ།བར

༣.༢.ནཱལཱིལྡམ།ཕཱུཅག།པ།ནྣ།གཙ-།གཙ-༢།ཇཨིབར།མལྦུ།གིཡ།
མལིཀྟ།ཡཱཾཏྲིཏྟིལ།མལྦུ།གིཡ།ཕྲཱིཟྲ།བར

༣.༣.ནཱལཱིལྡམ།ཕཱུཅག།པ།ནྣ།གཙ-།གཙ-༣།ཇཨིབར།མལྦུ།གིཡ།
མལིཀྟ།ཡཱཾཏྲིཏྟིལ།མལྦུ།གིཡ།ཕྲཱིཟྲ།བར

༣.༤.ནཱལཱིལྡམ།ཕཱུཅག།པ།ནྣ།གཙ-།གཙ-༤།ཇཨིབར།མལྦུ།གིཡ།
མལིཀྟ།ཡཱཾཏྲིཏྟིལ།མལྦུ།གིཡ།ཕྲཱིཟྲ།བར

༣.༥.ནཱལཱིལྡམ།ཕཱུཅག།པ།ནྣ།གཙ-།གཙ-༥།ཇཨིབར།མལྦུ།གིཡ།
མལིཀྟ།ཡཱཾཏྲིཏྟིལ།མལྦུ།གིཡ།ཕྲཱིཟྲ།བར

༣.༦.ཀུལུར།ཡིཞིང།ཀཙབ-།༡།ནྣ།ལརྒྱུཀརྣ-།བའིསྨྲིཧྲངཙུ

༣.༧.ངགྲིམ།བྱིཡ།།ལརྡལ-།རྣཞལབཾག

༣.༨.ངགྲིམ།བྱིཡ།།ལརྡལ-།ཡིཙབར། ༄ ཀྵཀྣམཛིཀ།ལྷུབརྣམ༄

༣.༩.རལྟཀར།ཚི ཀྵཀྣ-།ལརྒྱུཡིཞ

༣.༡༠.རིམུ།མྣཀཡཇ།ཡིཙ-།ལྷཱུཾརྣཡི། ༄ལྷུབརྣམ༄ -།༡༥ཡ།ཡིབ

༣.༡༡.ངགྲིམ།ཚམུ།ཚཀུར།'ཡཞིལ'-།ཁིམྣ།ཁཞར།ཡྰ།ཀྣཁིཡ།
ཀངལ།ཀམྣ།ཡིལི

༣.༡༢.ཞིལྷཡ།ཀཛྷ-།ཡགྲིཞིཡ། ༄ཛྷཀ-།༩༄

༣.༡༣.ཀྣ.ཡིཙིཞ།ཀུལུར།རྡྣ-།ལཛྷཀཞིཛྷམ།བྱུཧྲིཧ།ཀཛྷཛྷར།ཡིཞིཚིལྷ།
ཡུམ།། ༄ཛྷཀ-༥༄

༤.ཡྰ།ཁརྡ

༤.༡.ཀྣང།ཀྲིར།ཡིཙ-།ཀཞཀ'།ཡཞ

༥.ཕྱི་ལོ་༡༦༤༢

༥.༧.༤.ཀོ་ཁི་ཡ-།ཆ་ལྕུ་ཕུ་ཤི་ཉ་ཡིན་ཁོ་ལྷུ་པ༔ ༄༅བརྩོལ་རྒྱལ་པ༔ ༄

༦.ཁོང་ལྕུ་ཚུགས་པ་བཀའ་ཤོག་༡༩༢།



[illegible]:-

𑓑.𑓑. [illegible]

𑓑.𑓒. [illegible]

1.1. [illegible]

1

[illegible]

2

[illegible]

Parallel Literature and Videha Maithili Literature Movement

1

The Book of Bihari Literature (Abhay K. Editor)

This book contains five translations from Maithili into English by Vidyanand Jha. Nagarjun (Maithili's

Yatri) and Usha Kiran Khan are from the Hindi quota though both got the Sahitya Akademi prize from the Maithili quota. Vibha Rani and Rajkamal Chaudhary are from the Maithili quota though both wrote in Hindi also.

This book is edited by Abhay K. who has read Samskrit only upto high school. Yet he pretends to translate Arthashastra directly from Samskrit into English. I am Kovid in Samskrit and from the quality of the translation, I can presume that he has used some intermediary language in translating Samskrit texts into English. It is a matter of ethics to acknowledge the source.

Vidyanand Jha's translation is below par, for example, he has no inkling what would be the English word for 'olak sanna', and there are plenty of such instances. I have some suggestions for him: First, read A Bird's Eye View on Mithila by Rajnath Mishra, it mentions all the terms for which you could not find English equivalents. Then go to the Videha archive (www.videha.co.in) and look for Umesh Mandal's Picture Dictionary containing vegetation, animals and skill sets of Mithila, here you will find the actual photographs too. Further, under A Parallel History of Maithili Literature (Videha

www.videha.co.in) you will find sample English translations of some Maithili short stories. Therefore, what Vidyanand Jha is presenting as exotic is the original thing of Maithili Language (but not that of Maithili literature, as was two decades ago). Interestingly his choice of short stories reminds me of Contemporary Maithili Short Stories (Maithili short stories translated into English) edited by Murari Madhusudan Thakur and published by the Sahitya Akademi in 2005. It seems that the stories in this selection are leftover material of that collection. Rip Van Winkle awoke after two decades but Vidyanand Jha is still in slumber not realizing the changes that have happened during the period.

If you compare the translation of this selection vis a vis the English translation of Latin American Spanish literature, you would be able to understand the difference.

But these types of selections are not known for their literary excellence, Harper Collins publishes these types of selections for five-star hotels and Airport lounges. The publishers made the announcement for this book on March 22, 2022. So in 6-7 months you will get old

materials only.

2

The Bride: The Maithili Classic Kanyadan by Harimohan Jha (1908-1984) translated into English by Lalit Kumar (Assistant Professor, Department of English, Deen Dayal Upadhyaya College, University of Delhi)

I have pre-ordered the book. I will comment on it after the book is delivered to my kindle account on the 1st of December 2022.

3

Bharti's Cat: Translation of Braj Kishor Varma 'Manipadma's original Maithili novel Bhartik Biladi- by Yogendra Pathak Viyogi (available on Amazon Kindle).

Yogendra Pathak Viyogi has done a wonderful job. The translation seems to carry the soul of the original language.

Folktales of Mithila & Gonu Jha of Mithila: (Tales of wit and humour) both by Yogendra Pathak Viyogi

(both are available on Amazon Kindle).

4

The Short-Stories by Ram Vilas Sahu

Now come to the exciting world of parallel literature.

In 'Kamtia Haveli' the story teller explains the oral history. The Haveli's were just the outposts. In Mithila the Cornwallis appointed permanent settlement award holders are called Maharajadhiraj etc. Actually, the chain of rent collectors was all over Mithila and they made their posts for farming as well as collecting rent. So the Madina Didi explains it to Janaki. And while all these are going on the nuances of village life are depicted in a language that seems exotic to those people who stopped reading Maithili literature two decades ago.

In second short story 'Dudhbechni' depicts the sacrifice of Rita who donates all her land and property for building scholl and cow-shelter.

In 'Swargak Sukh' the story of the family of Bauku Saday, a family from the Mushhar community (called deridingly as rat-eaters by some part-time field workers

turned litterateurs ravaged by flood has been told intricately.

In 'Ghusha Ghar' you will find mention of the corruption in Indira Awas Yojana.

In 'Shikshak Mahat' the flood-ravaged village leading to migration, the importance of education and the mean-mindedness of the elite all has been interwoven into a single thread.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com **[illegible]**

[illegible]

[illegible]

༢.༢.ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ་ཀ།ཁིར་ཚཡ།-།༄༅ཕྲ་སྟུ།སྲི།ཧྲ།ཇིན།ཞི་ཚ་ཧྲ།
ཐྲ་ཀུར།'ཡཞིལ'༄

༢.༣.ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ།དྲི།ཀིར།ཕྲཱ་ཎྲཱ་ཞྭར།ཇིན།ཞི་ཚུ།
ཐྲ་ཀུར 'ཡཞིལ' ཞྭ་རྣ

༢.༤.ཀཕྱུཀྲ།རྟྲ-ཞི་ཧ་སྲི།ཕྲ་ཇི་ཀ།ཁི་ཀ།ཤཇི, ཞི་ཧ་སྲི།རྟྲ་ཀ།
ཁི་ཀ་ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ

༢.༥.རྣལ།ཉྫེར།ཁ།ཀྲ་ཁིར་'ཟྭལར'- ཇལར།རྟྲ་ཞ-ཁི་ཕྲཱ་ཀ།ཁྲི:།ཤཪོ།ཧྲ།
ཀྲི་ཞྭ་རྣ

༢.༦.ཇིན།ཞི་ཚ་ཧྲ།ཐྲ་ཀུར 'ཡཞིལ'- ཡཇི་ཤ།ཞི།ཞལ་ཕྲ་ཡི།ཀྲི།
ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ

༢.༧.ཞིཟྭ།རྣཞྭ-ཤཪོ།རྟྲ་ཡི་ཀ།ཀཞྭིར།ཁི་ཞྭ་རྣ་ཕྲཡ!

༢.༨.ཞྭ།ཤྭ་རྣ་ཡཛདྲི-ཞི་ཀཞྭ་ཀ།ཞི་ཞྭ།ཁྲིར་ཞྭ་ཀ-ཕྲར

༢.༩.ཞྭིཀྲ།ཀྲལ-ཟྭ་ཞི་ཧྲ།ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ

༢.༡༠.ཀེ་རྣཞྭ་ཞ-ཤཪོ།ཧྲ།ཀྲི་ཞྭ་རྣ།ཇིཤ་ཀ།ཞྭཞི

༢.༡༡.ཇིན།ཞི་ཚ་ཧྲ།ཐྲ་ཀུར 'ཡཞིལ'- ཀཞྭ,།ཞྭ།ཡྭ།ཞྭ་ཀ།ཀྲི་ཞྭཞི

༢.༡༢.ཡཇི།ཀུ་ཞྭར།རྟྲ- 'ཁལཡ-ཕྲལ' ཀེ།ཡ་ཀྲ་ཞི:།ཤཪོ།ཧྲ།དྲི་ཀ།
ཞི་ཕྲ།ཞ།ཡི།ཞི་ཕྲ།ཀྲཡ

༢.༡༣.ཡཞྭཀ-ཤཪོ།ཧྲ།དྲི

𑓒.𑓑𑓔. [illegible]

𑓒.𑓑𑓕. [illegible]

𑓒.𑓑𑓖. [illegible]

𑓒.𑓑𑓗. [illegible] [[illegible] I-IV]

𑓒.𑓑𑓘. [illegible]

𑓒.𑓑𑓙. [illegible]

𑓒.𑓒𑓐. [illegible]

𑓒.𑓒𑓑. [illegible]

𑓒.𑓒𑓒. [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཝེ་ཧཱཾ། ཡུཡ་ཀ་ཝའི་ཛྷ་ཧྨ་ཀེར་པཱུལ་ཝ་ཀེར་ཡི་ཡཱུ་ཝེ་ར་ཚ་ཝ་ཀ། ཀྲུ་ཛ་ཝ་ཧྨ་ཀ།། ཛཾ, ཡིཧ་ཀ། ཧྲི་ཡུ་ཝ་ཛ་ཧྲ་ར། ཧྲ་ལ་ལ། ཏི་ལ། ཀི་ཛ། པཱུ་ཐ་ཀ་ཀ་ར་པ་ཐཾ་ཏ་ཝ་ཛི། ཛི་ཡི་ཝ། ཡུ་པ་ཝི་རྒུ་པ། ཡ་ཀི་ཛ། ར་པ་ཐཾ་ཏ་ཝེ། ཛེ་ཧ་ཝེ།།

པཱུ་ཐ་ཀ་ཛ་ལ་ཝ། ཡི་ཛི་ཝི་ཝེ་རྒུཾ་ཀ་ཀཾ། པ་ཛྷ་ཧྨ་ཛ་ཧཱཾ། ཀྲུ་ཝ་ཀྲ། ཝ་ཧྨི་ཡི། ལཱུ་ཝ་ཀ་ཧྨ་ཀ། ཡུ་ཛ་ཝ་ལ་ཏ་ཧ་ཝེ།། ཝ་ཧྨི་ཀ། ཏ་ལི་ཧྨ་ཛ་ཐི་ཀ། པ་པ་ཛྷ-པ་ཛྷ། ཛ་ལ་ར་པ་ཐ་ཛ་ཀ། ཏ་ལི་ཧྨ་ཐི་ཀ་ཛ། ཛ་ལ་པ་ཐ། པི་ཝེ་ཧྲ་ཝ་ཝེ། ཀ་ཐ། པ་ཀ་ལ་ཐུཾ། ཡུ། ཡི། ཧྲི་ཡུ་ཝ་ར་ལ་ཀ་ཝ་ཧ་ཛ་ཝི་ཛ་ཐྲུ་ཡཾ་ཛེ་ར་ཀ། ཝ་ཧྨི་ཝ་ལུ་ལེ་ཀ་ཀཾ། སྦྲ་ཀ་ར་ཀེར་ཧ་ཡི་ལི་ཡི།། ཧཾ་ཡི། ལཱུ་ཝ་ཀ་ཧྨ། ཡུ་ཛ་ཝ། སྦཛ་ཝི་ཀ།། ཡི་ཀ་ར་ཝྲ།། ཝ་ཛུ་ཧ། ཝ་ཧྨི་ཀ་ཏ་ལི་ཧྨ་ར་ཛ་ལ་ཏི་ལ་ཡ་ཀི་ཛ། ཀི་ཛ་ལ་ར་པ་ཐ་ཛ་ཀ་ཏ་ལི་ཧྨ། ཡ་ཀི།། ལི་ཐི་སྦྲ་ལི། ཀི་ཀུ་ཡི། ཡི་ཛ་ཝ། ཕྲི་ཀྲ། ཡ་ཀི་ཛ་ཀ་ར་ཝ་ཧྨི། ཡི་ཀཾ་ཏ་ཀ་རེ་ཛི་ཧ། ཡ་ཀི། ཡུ་ཡི། ཀྲུ་ཝ་ཀ། ལྷི་ཀ་ཝེ།། ཡུ། ཛ་ལ་ཝ། ཡི་ཛ་པ་ཐ། ཀི་ཝ། ཝི་ཝེ་རྒུཾ་ཀ་ཝེ་ཀྲ་ལི་ཀ་ཐི། ཧ་ལ་ཝ། ཝ་ཧྨི་ཧཱཾ། ཛྷི་ཀ་རེ་ཛི་ཧ་ཀ་ཝེ།། ཡུ། སྦུ་ལ་ཐི། ཡ་ཧྲི་ཀྲུ་ཝ་ཧ་ཐོ་པི་ཡི། རེ་ཛི་ཧ། ཀ་ཝེ།། ཡི་ཧ་ཀྲུ་པ་ཀ་ཧྨ་ཀ་པྲི་ཛྷི་པཾ། ཀི་ཝ། པུ་ཧྲ་ཝ། སྦུ་ལ་ཐི་ཀ། ཡུ་པ་ཡ་ཏ་ཝ་ཛྷི་ཧ་ཝེ་ཀི། ཡུ། པ་ཚ་ཡི་ཛ 72-80 པ་ཐྲ་ཀ་ཀི་ཝ་པྲིཾ་ཛ།

ཕྲི་ཀྲ། ཛི་ཡི་ཧ། ཀི། ཧྨ་ཛི་ལི་ལ་ཏ་ཐ་ཏ། ཡུ། ཀྐ། སྦུ་ལ་ཐི། སྦྲ་ཐ་ར། རེ་ཛི་ཧ། ཀ་ཝེ, ཧ་པ་ར། ཛྷ་ཏ་ལི་ལ་ཐ་ཀ་ཀ་ར། ཀི་ཀུ་ར་ཚ་ཝ། རེ་ཛི་ཧ། ཀ་ཝེ། ཡུ། ཚྲི་ར་ལ། ཛྷ་ཏ་ལི། ཀི་ཀུ། ཝ་ཝ། སྦུ་ལ་ཐི། རེ་ཛི་ཧ། ཀ་ཝེ།། ཡུ། ཛ་ལ་ཧྲ་ལ་ཀ་ཝེ། ཝ་ཝ། སྦུ་ལ་ཐི་པ་ར། ཝི་སྦྲི། ཛ་རི། ཧ་ཀེ་ཡི།། ཡི་ཀ་ར། ལ་ཧ་ལ་ཝ། ཡི། ཝ་ཛི་ཛ། ཝ་ཧྨི་ལི། ཏ་ལི་ཧྨ། ཛི་ཡི་ཧ། རེ་ཛི།། ཛ་ལ་ར། ཀ་ཛ་ཝ་ཀ། ལ་ཧ་ལ་ཝ། ཡི་ཛ། པཾ་པཱུ་ཀ-པཾ་ཡ་ཛ་ཀ་ཀཾ། ཀི་ཝ། ཝེ། ཀི་ཝ། སྦྲ་ར་པ་ར་པ་ལི་ཧྲ་ཧ། ཀ་ར་ཛི། པི་ཧྲ་ཧ། ཀི། པ། ཚྲི་ཛི། ཝ་ཧྨི་ཀ། ཛི། ཀི, ལུ་ཧྨ་ཀ། ཛི། ཀི། ཝི་ཚྲ་ར་ཀྐ་ར་ཀ། ཛི། ཀི། སྦུ་ལ་ཐི་ཀ། ཛི།། ཛ་ལ་ཧྲ་ལ་ཀ་ཝེ། ཝ་ཧྨི་ཀ། སྦྲ་ར་པ་ར་པ་ལི་ཧྲ་ཧ། ཀ་ཐ། ར་ཛ་ལ། ཀི། ཡུ།

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

1 [illegible] 189 [illegible] 1 [illegible] 2015 [illegible]

2 [illegible] 191 [illegible] 1 [illegible] 2015

3 [illegible] 319 [illegible]

4 [illegible] 333 [illegible]

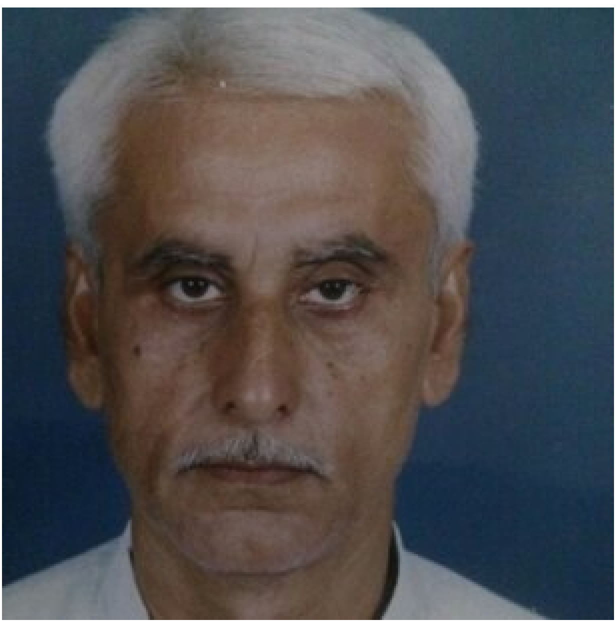
5 [illegible] 15 [illegible] 2022

6 [illegible] 15 [illegible] 2022 [illegible] 352

7 [illegible] 1 [illegible] 2022 [illegible] 357

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

𑒣𑒱𑒞𑒰:𑒮𑓂𑒫. [illegible] 𑒗𑒰

[illegible]

𑒖𑒢𑓂𑒧𑒞𑒱𑒟𑒱:17-10-1956

𑒬𑒱𑒏𑓂𑒭𑒰: [illegible] 𑒫𑒱𑒬𑓂𑒫𑒫𑒱𑒠𑓂𑒨𑒰𑒪𑒨, [illegible] (𑒧𑒑𑒡 𑒫𑒱𑒬𑓂𑒫𑒫𑒱𑒠𑓂𑒨𑒰𑒪𑒨, 𑒑𑒨𑒰)

[illegible]:

1981-84-[illegible]

1984-86-[illegible]

1987-89-[illegible]

1995-2002-[illegible]

2000-2014-[illegible]

[illegible], [illegible],2015-16

[illegible]

[illegible]

[illegible]:

𑒣𑒞𑓂𑒢𑒲:𑒬𑓂𑒩𑒲𑒧𑒞𑒲 [illegible] 𑒗𑒰

[illegible]:

1. [illegible]

२. [illegible]

३. [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 1। [illegible] 3 [illegible] 2-3 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2004 [illegible] 2008 [illegible] 2019 [illegible] 2022 [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]



[illegible]

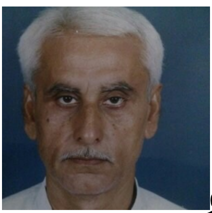
[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

༢.༣.ཤརཱི་ཡྟཱཀྵེ་ཞྭེ།ཧྣེ།ཀར།ཕྣཱཛྷཱར།ཇགྱཱིཤ།ཚོ༽།
ཕྱཱུར 'ཡཤིལ' ཧྣ

ཝིཐིལྱི།ཡྱ།ཝིཐིལྱཀ།ལེལ།ཝེ་ཧྣེཀ, ཕྣཐེལྱི, ཧཡཙྭཀ, ཧྣེ།ཡྱཱྱཧེ-
ཨཾཔཐ།པྱ༽ཀར།ཕྣཛྱ།-།ཤརཱི་ཡྟཱཀྵེ་ཞྭེ



[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཏཡཱཁ༔' དཱཡིཀིཊི།བུརཕཱར།ཀིཞཀྲཱ།།ཞཀ།ཡཀི, ཞིཧ།བུཉིཡཱཀ། ཡིབ་ཕཱིརཀཏ།ཡ་ཏཱ།ཁིཡིཏ།ཡཀི།།ཡིཀཌབིཔཱཝིཚ་ཞ།ཝཡ་ཀྱི་ཡཡི། ལིཏཏ།ཁིཏཱིཊ།ལིཏིལཱིཀ།ཝཁ༔པཱབིཔཱ།བུརཕཱར།ཀིཞལ།དཱཡིཏ། ཡཀི, ཡཀིཡཱཝིར།ཚཞཀྲཱ།བུརཕཱར།།' །ལ།དཱཡིཏ།ཁཞི, ཡ།ཚྲིཞཱཔཱ། ལ' ལིཏ།ཁཏཱི།ཡཱ།ཏཱབ།ཁ༔' དཱཡིཏ།ཁཏཱི

ཛཀྱིཞ།ཕྲེ།ཚཀྲར 'ཡིཞིལ' : ཀྱི།བུརཕཱར།བུཞ།ཀར༠།ཡཏཞ། ཕྲཱཀྲཱར།ཀར༠།ཡབཏཏཱཏིཀ?

ཞཱིཀྱིཏཱཤ་ཏཀྲཱ: ཁལར།ཡཏིཔཡ།ཡཀི།བཏིབར།བུརཕཱར།ཀཞིཏཡ། ཁི, ཞཀྲིབར།ཞཁི, ཏཡཞ།བུཉིཡཱ།ཡཱཏཱ།ཁིབ།ལིཀཀཱ།ལཀཞཀ། ཕྲཱཤྲཱ,དཱཏྲཱལ།ཡུབཡུཀཱ།ལིཀ།རཁཏཱི།ཡཱ།ཚཞཀྲཱབར།ཀིཞ།།ཞ༠།ཞཁི། ཁིཞ།།

རཏཞཀཞཀ།ཡུཀྲིཏཏཱ།བུཞིཏཱིཏ།ཀརཞཀ།༠།ཡཱ།ཕཁི་ཏཀྲཱར།ལིཀཞི། བུརཕཱར།ལུཏཱཞཀ།ལིལ།ཀིལ-ཀིལིཕཱིལ།ཡཀི།དཱཡིཏ།ཁཏཱི།ཡཱ། ཡུབཀྲཏ།ཀརཞཀ།ལིལ།བུརཕཱར།།ལ།དཱཡིཏ།ཡཀི,བ།ཡཞཏཏ། ཡཀི།།

པཱ་ཏཱ།བཁ༔།བཁི།ཡིཁི།ཚིལཝི།ཞཱལིལ།ཁ༔' ཀིལ།ཡཀི,།'ཡཀཱ།ཁལཏཱ། ཡབཞ།པཱ་ཏཱལ།བཕཱཞཏ།ཀཏཱ, ཁལ།ཡཀཱ་ཀཱ།ཡབཞ།པཱ་ཏཱལ།བཕཱཞཏ། ཀར༠' ཡིཁ།ཚིལ།ཏལི།རཁལ།ཡཀི, ཡཱ།ཡུཏཏ།ཞཁི།ཡཀི།།

ཛཀྱིཞ།ཕྲེ།ཚཀྲར 'ཡིཞིལ' : ལིཏཱིལཱིལ།༠ཏཡཱཞ།པཱཚ།ཀཡཱར།དཱ། རཁལ།ཡཀི?

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

२.५. [illegible]



[illegible]

ཕུནགནཇདཱིར 'ཁཇརགཡཱུཾཏི' ཇགཱཾཧཇཙིག། ཡཱཕུནག
ཡིཡེཇཝིཧཡཱཛྷཱཡཝཱིཀཀཱརཱིཾཇལཚཱུཾཡེཀཝརཡུཁཏཱིཧ
ཅིལསྐྲི།
ལེནཁཐཻཧཡཀོ༢༠༠༨ཕཱལནབཝཱརཟཀཡཱིནཇཙན
ཇལཧ'ཝཙརཁསྒཱན' ཅིརལཀལ། ཡཱབཛྷཀནཇིཕཱཇིཧ
ཡགྲིལི, ཕཱབཧཕཱཇིཧཁསྒཱནཡཙནཱཡཱནཁེནཁཙིཧཕྲཱིཧཱིཧ
ཁསྒཱནཁསྒཱནཡེཏཱཇཡིཧཡཀོ། ཁེནཁཾཛ-ཁཾསྣཱཀཝིཐྲུཕཱཙཀ
ཧཡཱཡིལཁསྒཱནཡཱནཁེནཝིཝཱིཧཁསྒཱན-ཕརཕྣཱརཁཾཐིཛཱལཇཧ
རཏིཧཡཀོ།
ཁཝཙརཕྲཱཝནཁཾཕཱཕཱཇལརཡེཁསྒཱནཇེཕཱཐཱལུཕཡཾཧཱི
ཇཔཐཱཙཡིཛཀཇཱཙཅིརལཀལཧཇིལཡུཀྟཧཝཱཛཇལཧལ
ཡཱཧཱཡུཏཱཚཁཡིནཀལ-ཡཱཏིརཇལརཀཱཇགཾཡིཇིཧརཇཾ
ལཱུཾཀནཧཾཅིལཡཀོ། ཝིཐཡཡིཇིཕཱཏཱིཡཱལཔཚཧཙཡན
ཁལིཧཀཇཱཙཅིཙཁཁེཀ, ལྷཱཝརིནུཀྲུཧཱིཧཱིཁཾཇལརཡིཧཀ
ནལྤརཁསྒཱ, ཇལརཕཱཇིཧ, ཇལརཐཧཀཱརིཧཱ༧༠༣༨༡༠ཧཱཁཾ
ཀལཛརཕཱཕཱཇིཀཀཝིརཤརཕྲཱཝན༠༠ཀཝཱིརལཕུནགཱཁཅིགཾ
ཁེན། ཧཱརཔཱབནཡིཝཱལཁཇཡཀཅིལཇེཡིཀ། ཀཇནཀཡཧ-
ལཱཧཀཕཱཝཱཧནཇི, ཕཱཧཱིཇཱགཾལཱུཾཀནཀནཇདཱིརཡཱཐརནཇཐཇ
ཀཅིཝརིནུཧཱིལཇཕུནགཱཡཱནཁཾཡུཝབནཝཧཡཀོ།
ཝརིནུཀྲུཧཱིཧཱིཝཱིཅིཚཐཧཱིཀཱལཝཱལིལཇབཙབལྷཐཧཱིཀཱཚཱ
ལཁཱིཀཇིཧཁཅཱཧཱཕཱལཀཱཁཇཡུཐལཱུཀརཡིནཀཀཱཇཁཱིརཧ
ཡཱཡིལཀཚཇཇལཇཧཱཕཱཧཱཅིལཁཱིརཧཡཀོ། ཡེཙནལེཚལྷཱ
ཕཱཇིཧཀཝཱིཝིཧརཔཀཀཱཇལཝཙརཕྲཱཝནཀལཱཧལཱཁཾ
ཀཡིལདཱརཇལཕུནཀཀཱཇཁཧཇཱིཡལཱཧནཇིབཅུཧཀཱིལེལ

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

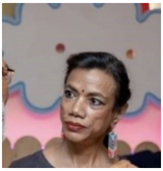
[illegible]

[illegible]

-[illegible]-8789616115

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

२.७.𑒫𑒱𑒦𑒰 𑒩𑒰𑒢𑒲- [illegible]



𑒫𑒱𑒦𑒰 𑒩𑒰𑒢𑒲

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- [illegible]-9431836445

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

༢.༩. [illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- [illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 14 [illegible],2020 [illegible] 11.20 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 07 [illegible] 1956 [illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

༢.༡༡.ཛཀྱིཔྲ།ཚགྲ།ཨཛྲུར 'ཡཤིལ'- གཟྲ,།ཧཟྲ།ཡྲྀ།ཡཟྷག།ཚིཟྷཝ



ཛཀྱིཔྲ།ཚགྲ།ཨཛྲུར 'ཡཤིལ'

གཟྲ,།ཧཟྲ།ཡྲྀ།ཡཟྷག།ཚིཟྷཝ

ཝྲ-ཝྲཧཔར།ཝྲཧ།ཕྲི་ཀྲི་ཛག།ཡོཧཆཧ 63 ,48,40 ཡྲ 32 ཕྲིཛྲཱག།
ཀྲིརཀྲ།པཟྲིག།ཀྲུལ 183 ཕྲིཛྲཝི།ལིཕགག།ཀྲིཔཝག།ཟྲཟྲ-གཟྲ།
ཡཟྷཝྲ།པཾཟླར༼ཟླག།ཝིཾ༽།ཡཆི.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

1, [illegible]
: IV1/126 [illegible]

[illegible]

2. [illegible]
: II1/142 [illegible]

[illegible]

3.[illegible] 95 [illegible]. [illegible]: II/141 [illegible]

[illegible]'. [illegible]: II 1/141 [illegible]

[illegible]

[illegible] 95 [illegible]

4.[illegible]? [illegible]: II/40 [illegible]

[illegible]

[illegible]

5. [illegible]
[illegible]: III/130 [illegible]

[illegible]?

[illegible]?

[illegible]

[illegible]

6. [illegible]
: III/126 [illegible]

[illegible]

[illegible]

7. [illegible]

[illegible] II/122-23 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

8. [illegible] I/131-32 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

9. [illegible] :I/56-57

[illegible]

10. [illegible] : I/59

[illegible]

[illegible]

11. [illegible] 1675 [illegible]. [illegible] I/61 [illegible]

[illegible],

[illegible].

12. [illegible]. [illegible] III/12 [illegible]

[illegible] ! 280 [illegible].

13. [illegible] 5000 [illegible] III/39

[illegible]

[illegible] III/25

[illegible]

14. [illegible] III/18

[illegible]

[illegible]

[illegible]

-[illegible]-8789616115

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible] 2004 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2003

[illegible]

[illegible] 2003

[illegible]

[illegible] 2003

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2003

[illegible]

[illegible] 2003-04

[illegible]

[illegible] 2004

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2006

[illegible]

[illegible] 2006

[illegible]

[illegible] 2007

[illegible]

[illegible] 2007

- [illegible]-9472834926

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཤྲཱི།ཀུ།ཧེ་རི།ལིཙིལི།པཾ།ཧྲུ།ལ།མར།ཀྲ།ཏི།ཡུ།ཏེ།ར།མར།ཀྲ།ཏི།པཾ།སྨ།མཐ།ག།
ཨནེ་ཏེ་ཏལ།ནྲཧ།མཐ།པར།ཁྲབསྨ།མལྦིརྐྲི།ཀྲུཔབནྲ།མཐ།པར།པྲེབ།
ལིཁེཧ།རཇལྲ།ཨཆི།།པེ།ཀྲཇ།པྲཇི།ཧྲ།ཨཀྲ།ལྲི།ཇ།ནྲ།ལིཙིལི།
ཨཀྲ།ལྲི།ཨཙནྲ།ཆཧནྲ།མལིཧ།ལཁགཔཾཇྲ།ཇ།།ཇུནགར།ཧཀྲ།
མཐ།ཨཀྲུག།ཇཨིཧ།ཆནི།།ཨེ།ཀེན།ཁྲུཀྲིག།པྲཁཊྲ།ནྲ།ཨནེ་ཏེ་ཏལ།
ཀྲཧ།པར།ཝེཧྲར།པཾ།ལིཁེཧ།རཇལ།ཆཙི།།པེ།ཀྲཇ།པྲཧ།ཀྲར།ག།ཀྲུབཝ།
ཨཙནྲ།ཕྱིཾཁྲ།ཀྲར།ག།ཀྲུབཝ།།ཨེཇི།པཾ།གཁནཇྫུཾ།ཀེ།ཇལཇྲུཾ།ནཇི།
ཾཚལ།ཀྲི།།ཇལར།ཨེག།ལཁཝིཧཾཧྲ།ལྲིམནྲ།མཐ།ཧྲུ-པཾཀཧ།རཇཡ།།
ཨེཇི།པར།ཨེ།ཀྲིར།པཾཧྲ།ག།ཡུལ།ཆནྲཧྲ།ག།གཝཧྲ།ལྲིཁེ།ཨེཇྲ།པྲཧྲི།ཀྲཝ།
པྲཐཀྲིཡ།པསྲཝ།ཆིཔལནི།།ཆཧནྲ།མལིཧ།ག།ཀེན།ཀྲཧ།ག།ཁྲཝ།
ཧཱཾ།ཇལར།ཀེན།ཁྲིཡྲུཾ།ཇུནགར།ཨམཇལིཧ།རཇལནི།ཧཐི།ཨཔན།
ལཁཝ།ཨེགར།ཆཕ།ཀེལནི།།ཨྲི།གཇབ།ཧེ།ཨེཇིཾ།ཇལཧྲ།ཀེན།
༡ཁ།ནཇི།ཇཨིཧ།ཆལ།ཧཐི།པ།ནྲཧ།ནཇི,༡ཁ།ཀེན།ཀྲལ།ལིལ།ཨབཐྲི།
ཇཨིཧ།ཆལ།།ཡུ།ཤྲཱི།ཀུ།ཧེ་རི།ཀེ།ཇལ།ཆིཁྲིཧ།རཇིཡནི,ཨེཇིཝ།
ཇུནགར།ཀེན།ཨཐྲ་སྲྭབ།ནཇི།རཇལ།གརནི,ཧཾ།ཇུནཀྲ།པཾཏ།ནྲཧ-
ཁྲབཇྲཝ།ཀེན།ཨཀྲར།གཇིཡ།ནཇི།ཡུཡལ།།ཨེ།ཇལཧྲ།ཀཧག།
ཨབམར།པར།མཇྲཡཧྲ།པཇི།ཁྲུབ།ཀེན།ཆཙི།།པུཀྲུ།ཨེ།ནི།ཆཙི།།པེ།
ཝཀྲ།ཀེན།ལྲཏ-ལཔཊ།ཀེ།།ཇལཧྲ།ལཏིཧ།ཆལ།ཧེ།ཨེ།ཡུཆིཧ།
ཀཇི།རཇལ།ཆཙི།།ཇལར།ལྲན-མལྲ།ན།ལིལ།པཇི།ཨེ།ཀྲུཔྲ།ཀྲུཔཾ།
མཁྲིཡ།རཇལྲ།ཨཆི།།ཨཔཀྲ།པྲཔཾཏག།ཡྲི།མཐ།ནྲཧ།ཨེཇི།ཀྲརཁེ།
ཀཇི།རཇལ།ཀྲི།ཧེ།ཨེཇི།པཾ།ཤྲཱི།ཀུ།ཧེ་རི།ཀཾ།ནཧྲལ།ཧྲ།མཀིཧ།ཨཆི།།
ཨེ།མལྲ།ཀྲར-ཝཀྲར།ག།པྲིཧ།ཀྲ 'མཝཡ-པྲལ'ག།ཀཧག།བཧྲ།ཧྲི།
མལྲ།ན།ཀེལནི།།ལིཙིལི།པྲཧ།ཀྲིཧྲ།ཀེཇན།ཐ།མཀིཧ།ཨཆེ,མ།
ཡུ།ཇརཛ།ཨེཇི།པཾ།ཨེ།ཀྲཡཝ།ཀེལནི།།ཨེ།པཧྲི།མཐ།ག།མལྲ།ན།
ཀེལནི།།ཕྱིཾཁྲ།མཐ།ལིཁལནི།།ཨཔན།ཧྲིབཀྲུཐབ།ཀེ།ཆཊ-ཆཊ།

[illegible]

[illegible]-8986269001

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- [illegible]-9470883301

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

པཉྩ་ཀཱིརྟན་ར་ཀར... ཧྲིཥཱི་ཀེ་ཤ་པཉྩ་ཡཤ་བ་ཀླཱུ་ཡལ་ཏེ་ན།
ཚཻ, ཐཾགྷ-ཐཾགྷ་ལཐ་པར་པཾ་ཀེ་ལྷ་ན་ཀྲི་རའལ་ཚཻ།
ཡཱུ་ཤི, ཡཧྐ་ཤེ་ཀར་ཡཱི་ཡཥཱ་ཀཾ་ཛེ་ན་ཧ་ཚེ།། པཐཇ་ཀ་ཝཱ་རི་ལེ།
ཞླཱུལ-ཞླཱུ་ལི་ཞ་ན་ཚི, ཛཧ་ཀྲི་ཐཛ་ཝཱ་ཀ་ཡཐ་པཱི་རི་ཧྲི་ཥལ, ཧཧ་ཡ།
ཙཾུཏི-པཙཾུ་ཏི་ཀཏ་ན་ཚེ།།

ཧཾ་ཀེ་ལི་ཞཱུ་ཇ་ཡཧཾ་པར།། ཡཔ་ན་པཡར་པར་ཀུཇི་རི་རཱཏཱ་ལེ་ན་ཚེ།།
ཇལ་ཀྲཱ་ཀཇཐ་ཡཱ་ཀྲཱ་ལི་ཞཐ?

ཤེ་ཀཇཧ་ཚཻ, ཧལ-ཧལ! ཀྲཱ་ཝར་ཧུ-ཡར་ཧུ་པར་ལི་ཞཐ།
ཡཧཾ? ཀེ་ན།། པར་ཀྲཛ་ན་ཇེ་ཡཚེ་ཡཧཾ་ཀཾ?

ནཇེ་ཞཱུ་ཤི, ཤེ་ཞ་ན་ཀེ་ན།། པར་ཀྲཛ་ན་ཇེ་ཡཚེ་ཇལ་ཧ།། ཝར་ཧུ།
ཧྲི་ཡཱ་པར་ཛཾ་ན་ཇེ་ལི་ཞཐ, ཧཾ་ཡཱུཥྐ་ཧྲི་ཀྲཱི་རི་ཧ་ར་ཇཧ་ཇལ་ཧ།། ཀཾ།
ཞུ་ན་ཀྲཱ་པར་ལི་ཞཐ་ཇལ་ཧ་ལི་ལ་ཡཱུ་ཐཀྲ་ཀ་ཡཚེ།།

ཡཱུ་ཤི་ཡེ་ཧྲི་རེ་ཡཔ་ན་ལེ་ཧ་ཡཱུ་ཕྲྀ་ཀྲཱ་རི་ཝྲི་ནཱུ་ཏ་ཝེ་ལ་ལ་ཧྲི་པཾ་ཁཔ།
ཇེ་ཤི་ཧ་ཚལ།། ཇལ་ཀཇ་ལི་ཡ་ན་ཛེ་ཝར་ཧུ་ཞཱུ་ཤི་པར་ལི་ཞལ་ཇ? ཤེ།
ཀཇ་ལ་ན་ཛེ་ཤེ་ཇལ་ར་ཧཧ་ཀ་ཡཱུ་ཥྐཱ་ཡ་པུཛ་ན་ཚཻ་ཛེ་ཇལ་ཧ་པཾ།
ལི་ཞ་ལ་ན་ཇེ་ཇེ་ཧ།། ཀཧ་ཀྲི་པཾ་ཧྲཱུ་ཧ་ཀ་རཐ, ཀཧ་ཡ་ཞ་ཧ་ལ་ཀ་རཐ།།
ཤེ་ཀ་ཧ་རེཾ་ཝཧ་ཤེ་ཧྲི་ཀ་ཀཇཧ་ཚཻ།།

ལེ་ན་པེ་རྟཧ་ཡཚེ་ཛེ། ༡༩༨༠-༨༡ ཀ་ཡཱུ་པ་ཡུ་ཞུ་ན་ཀྲཱ་པཾ་པེ་རི་རཱ་ཡ།
ཧྲི་ལ་ཚལ།། ཛཞ་ན་པཪྟ་ལེ་པེཥྐ་རཛཱ།། ཀཇེ་ཡ་ཀྲ་ལ་ཤེ།
ཡཥར་ཚེ།། ཤེ་པཥཧ་ན-ཧྲི་ཡཱུ་ཧཾ་ཐཞུ་ཧ་ན།། ལེ་ཧྲི་ལ།། ཡཱུ་ཛཞ་ན།
ཧྲི་ལ་ཧཾ་ཞུ་ན་ཀ་པུ་ཏྲྀ་ཧྲཱུ་ཡཥྐ་རེ་ཀུ་ཐ་ལ་པཱི་ཧྲཱ་པར་པཾ་ཇེ་ཤི་ཧ།
ཛཞ་ན་ཡཱུ་པར་ཧྲ་ཤི་ཧཾ་ཝྲི་ཞར་པུ་ཀྲཱ་ན་པཾ་པཇེ་ན་པེ་ཧྲ་ཤི་ལ་ཝྲི་ན་ཀ།
ཥྚ-ཥྚ་ལེ་ཏཾ་ཧ་ལ། ཧུ-ཧྲི་ན་ཧ་ལྷཱུ་ཀཾ་ཏི།། ཤེ་པཥ་ཡཔ་ན།

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

-[illegible]-7004917511

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

-[illegible]-8876162759

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com **[illegible]**

[illegible] [illegible I-IV]



[illegible]

[illegible] [illegible I-IV]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

གིལཞི།ཡཱ།ཧཡིཔར།ནཇཝེཇབ།ཏྲ 'ཡོཧཀཱ'ཝེ།ཡནཔ-ཨནཔ།
ལིཐལཞི།ཧཀར།ཚཕ།ཡཀེ།།ཡེཧཐ།ཡི།ཐཧཱིཇ།ཨརི།ཏུ།ཡོ།
ཀཔལུཇཱ།པཞི།ཡུཔར།གིལཞི།ཡཱ།པཙན།ཀ།ཡཔཀ།།ཀཱཀཝེ།ཡེཀནཱ།
པྲ།ཏྲཱིཧ།གིལཞི།།ཡུ།ཡེར།ནཇཝེཇབ།ཏྲཀ།ཧྲུཀ།ལྭཀནཀ།ཡཱ།
ཨརི།ཏུཀ།ཀུཀཀཱ།པྲཱིཧ།ཝེཀ།ཡེརཔཾ།ཀིཤལ།ཇེནཀ།ཚཏྲ།
ཡཀེ།། "ཀཀནཱ།ཀཇེ།ཀརཀཀ།ཀིཇཡ"ཝེ།ཡཞཱིཔརཱུཀ།ཚཏྲ།ཡཀེ,།
"ཡེཇཀ།ཀཱཇ།ཧཾ།ཡཞཱིཔརཱུ།པཀ-པཀ།པཧཀཱར།ཀཐ།པགིཧ།ཀལུཇ།
ཇེ།ཡཱསྨ།ཐཧཝེ།ཇཱཞི།ཀཙཀཀ།ཧལགཱི།ཞར།ལ།པྲར།ཀིཀཱལཞི།ཡཱ།
ཏྲཏར།ཙཝེ།ཀཾཏརི།པུཙཀཱཀཐ།པཀཝེཀཱིཧ།ཧརི།ཀཱཇ།
ཀཡལཀི།།" ཡཇཱཝེ།པྲཔཀཝེཀཇར།པཇ།ཀལྦཱི།ཙརཀྲིཐ།ཀུལུར།
ཚཀུར།ཀ།ཚཏྲ།ཡཀེ-།"ཇེ-པ, ཡ།ཀལྦཇེཙརཔཾ།ལུལིཀ།
ཞིལུཇ- ཇལནཡིཇ།པྲཔཞཧ།ཡཀེ།།" ཇལནཐིཧྲརི།ཡེཀྲིཐཀུལུར།
ཚཀུར།ཀ།པྲཱིཧ།ཀཀཐཀྲི 'ཇཏ' ཞཐ།ཏལ།ཀཞི, ཚཧཀ།པཝེཧཀ།
ཝེཔཱིཧ།ཞཐཀ, ཐཇཧ།ཏེཙ།ལུཧ།ཇུཀཀ ༧༠ཀྲིཐཀུལུར།
ཚཀུར།ཀ༠༧, པཞཱིཀ།།ཀཱཀ།།ཡུར།ཏཡི།ཀལ, ཚཧཀ།པཝེཧཀཾ།པཇ།
ཀེ།ཡརཇལི, ཡཔཀ།ཧཾ།ཡེ།ཝེརཇ།ཇལ།ཐཀ།ཀཱིརཝེ།ལུཏལ།
རཇེཡ, པ།པཞཱི།ཀཱི།ཡི།ཐཚཧ, ལྦུ།ཀྲིཐཀུལུར།ཚཀུར།ཀ།།ཀཱཀ།ཐཞ།
ཇནུར།ཀརཀ།།ལཀཱི།།ཇེ.. པ..། "ཏཱིཐཀ།ཡུ།ཀཇྱུལིཀཱ"ཝེ།ཝེཧ།
ཡིཔ, ཡཇེཧ།ཡཏ།, ཡཞཡ།ཏྲ, པཾ. ཧནཀཱཞ།ཏྲ, ཝཱེཧཞར།
ཏྲ, ཀཔྲཀཱི།ཀཀྲུ།ཀ།པཇཡཀི, ལཱིཧ།ཀིཀཇར།ཡཱ།པནལཏྭ།།ཀཇར།ཀ།
ནུཔཝེ།ཚཏྲ།ཡཀེ།། "པལྷཀཀཇྱུཐ"ཝེ།ལྷུལཇཾནཀ།པུརཧྲར།
ལིལུཔ།ལྷཇཧཀཱར།ཀ།ཐཀཀ།ཞིལ།ཡཀེ-།"ཡཱ།རཇྱཡ།ཏཐཞ།ཀཀྲུཀ།
ཐཧྲ།པུཡཡེཀཀཾ།ཐཏྲལ།ཀཱིཀ།ཇེ།པུརཧྲར།ཀཇེ།ཞཙལུཔར།ཝེཞཡི།
ཀཇཐ།ཀེཧཱིཇཱིཀཝེ།ཀཇལ།ཀརཞཱིཇ 'ཝེཞཡི།ཐཡཱིལུཀ།ཀཱི།ཇྱྲུ།
ཇེ'། "ཝེཞལཀ།ཡེཐཞཔཏཡཧ" ཝེ།ཝེཞལ།ཧཱི།ཀ།ཐཞཱི།ཝཇནཇ།

[illegible]

[illegible]

३

[illegible]

[illegible]

ནཱལཔར, ཕུརཕྲཱར།ཁི་ཏ་ཀཱ།ནཱལཔར།།ལ།ཏྲཱཡིཧ།ཡཀཱི།ཇུཏ་ཀཱ།ཡཱ།
ཇུཏ་ག།པིརཏྲཱརཔཱ།པཱཡི།།ཇཏ་ག།ཡཱི།ཡིག་ཏྲཱ།ཡ་ཊྲྀ།ཇིཊཱ།ཡགྲཱ།ཡུཊཱ།
ཡཀཱི, ཡིཇཏ།ཡཱར།པཱལྦ་རཱ།པཊྲཱ།ཡིཏ་ག།ཀྲ་ཇཱ།།

"ཝཡིལྦཱཏ།ཇིཡཏ་ག།ཀྲྀཊཊཱ"ལ།'པཱཇིཧྲཱི་ཀཱི།' ༄༅།པིརཔཝཔཱཇྲཱི༄༅།པཱཇྲཱ་ག།
ཀཏ།ཛ་ཏི།བ།ཡིཊ་ག།ཕ་ཕྲཱ།ཡཀཱི, ཛཱ།ཇྲཱཧ།པཱཇི་ཧཀཱར།ཡིབ་གཱཾ།
༧༠།ཏྲཱ།པཊྲཱ།བ་རི།ཏྲཱཊྲཱ་གཱི།།བཱ།ལིལ།གཇཏ།རཇཊཱ།ཡཱ།ཡཱ།ཡིབ།ཕཧ།
ཐ་ཝཏ།ལི་བིཝ།ཀྲ་ལཱར།ཁཱ།ཀྲར་གཱཾ།།ཊཱ།ལཱ་ཐྲཱ།ཡཱ།ཡི།པཊྲཱ།ཝ་ཏྲ་ག་ཊ།པཱཡི།
ཇུཏ་ཀཱ།།ཊཱ།ལཊ་ཐྲཱ།།ཡཱ།ཡཱི།ཛ་ཏི།བ།ཡིཊ།ལཱཡི་ག།པར།ཀྲྀཊཧ།
ག།ལཐྲཱ།ཛཱ།བ་རི།ཏྲཱ།པཊྲཱ།ཝ་ཏྲ།ག་ཊ།པཱཡི།ཏཀཱི།།ལཏ།ཡཱ།ཡཱི།པྲཱ་ཏྲཱ།
རལྦཏཊ།ཏྲཱ་'རལཊ'།བ་རི།ཏྲཱཊྲཱ་གཱི།།ལཐྲཱ།།ཡིག།ཀཱ།ཀྲྀ།ཏྲཱ།ལིཏ།
པཱཧ།ཡཀཱི།ཛཱ།ཡིག།ཀཱ།ར་ཏྲཱ་ཀཱར།ཡཡི།པཱཊྲཱ་གཱི་'པཡིཧ་ཀཱི' གཇཧ།
ཀལྦཇ།ཡཱ།ཛ་ཝཏ།ཇུཏ་གར།པཊྲཱ།ཡཱི།པཱཊྲཱ།ཀཱཔཱི།།ལ་ག་ཐྲཱ།ཧཝཏ།
ཡིག་ཏྲ་'པཱཇིཧྲཱི་ཀཱི།'།གཇལཐྲཱ།། 'ཇལར ཡཊྲཱ་ཏ: ཇུཏ་གཱི།པཊྲཱ་ཏྲ'"ལ།
ཇྲཱ་ལཏཱཊ།ཏྲཱ།།ཏྲཱ།ཡུལ་ཏ་ཏྲཱ།ཡིཊ་'རལཊ'་གཱཾ།ལིཔི།།ཏ་ག།ཕ་ཕྲཱ།
ཡཀཱི, གཊཧ།ལིཊར་ཏྲཱ།ཡིཔཱི་ཡིཏ།ཏཧཏྲཱ།པཡིཧ།།ཏྲཱ།གཏ།
ཡྲཱིར་ཀཱ་ལི ༄༅།ཡྲཱིར་ཀཱ་ག།ཏྲཛ་ཏྲཱཧ!༄༅ པ་ཧཏྲཱ།ཏྲཱཡཊ།ལིཇཧ།ཏྲཱ།ཇུཏ་གར།
རཏྲཱ།ཀཱ་ཊི།།ཏ།རཇཊཱ།ཡཱ།། "ལིཊ་ལྦཱ་ག།ཏྲཛ་ཏྲཱཧ་ག་ཐྲཱཔཱ"ལ་ཏྲཱ་རཧ་ཡ།
ཇྲཱ་ཊ།པཱཊྲཱ་ཏ་ག།ཡཛཧ།ལིཊ།ཡཱ།ཡཱི།ཧ།ཡུཝ།ཏྲཱ་ག།ཝཊྲཱ།ཡཀཱི།།
ཇྲཱ་རཧ་ཡ་ཏྲཱ་ཊ།པཱཊྲཱ་ཏ་ག་'པལྦཱར།པཇ།ཝཀྲཱ་པ'་ལ་ཇིཏ་ཀཱ།ཡཱ།
ལ་ཛ་ཀཱ་ཊཱ།ཏྲཱ་ག།ཏཱལཔར།།པར།ཀཱ།།ཏྲཱ།པཱཡི།ཡུཀཱ།ལིཏ་ག།ཕ་ཕྲཱ།
ཡཀཱི།ཡཱ།ཇིཧ།གར།ཏྲཱ་ག།པཧ།ཧཛ།གར།ཏྲཱ།གར།པྲཱ།ཏ་ཏྲཱ།ཛ།བཝར།
པཀཏ་གཱཾ།ཏྲཱ་རཧ་ཡ་ཏྲཱ་ཊ།པཱཊྲཱ་ཏ་ག།ཡཱཏ།།ཡིཏ་ཏ་ག།ཀཛ།བི།
ཐྲཊ་ག།པ།ལིཊ་ལྦཱ་ག།ར།ཏྲཱ།བི།ཏ།པཱཊྲཱ་ཏ་ག།ཡཱི་ཏ།ལི།གཇལཐྲཱ།།༤།
ཏྲཱ།པཊྲཱ་ག།ཡཏཱ།, ཕཱཡ་ཏྲཱ་ཏ, པཀཏ།ཡཱ།བིཧ་རཊ་ག་ཏྲཱ་ར།བཝར།

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

༢.༡༢. གཛེནྡྲཋཱཀུར- [illegible]



གཛེནྡྲཋཱཀུར

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

२

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

𑓕

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

𑓘

[illegible]

[illegible]

𑓑𑓐

[illegible]

[illegible]

𑓑𑓑

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

"... [illegible]

[illegible]

"... [illegible]

..[illegible]

'[illegible]'

..[illegible]

..[illegible]...'

'[illegible]..'

'[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

३

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

༄༅གལགནྡུཾ་ཕིར་ཆཡ་རཞཡ༄༅། ཁཔ-མཔ་གརིཧ་རཇྷཱ་གི། ཁྱེཧ་ཀྱོ
ཧྥུ་ཁིཙ་ཡྟོཝི་ཁིལྟཞ། །ཕྲུ་ཞལ་ནཱ་ལིལ་ཡཏདྟ། །ཝིཏ། །ཏྟི།
ཕིར་ཆཡ་གརལཏི། །ཡུཊྚར། །པ-།པ་གིཏ་ཡྟཱ་ཊྟུ་ཏགུཙ་པྟགལ། །ཀྟྲོ།
ཏལྟཱ་ལག-ལག་པྟཧར།ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་རཞཱི། །པཾཁཝ་རཞཱིཏ་ཡུཏྟ།
པཧགྟར་ཡཇིཧ་ཡྟཏྟ། །ཁིར-ཏྟར༌ཝཱཛྷ-།ཏྟཝ་ཡྟ་ཡྟག་ནྡྲ་གཉྫྷེཧྨ།
ཝལྟ་ཀཱཝ། །ཕིར་ཆཡ་པྟཧག་ཏྟ།ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་ཞལ་ནྟ། ༄༅ཡྟཛཞ་ཡྟ།
ཡཛྲི་གྟར་ག་ཡྟུྟལི༄༅། གཞལཏི་ཛ་ཡཇིཧ་གཱཾ་གཧཚུཏྲི་གཏགྟེ།
ལཏྲྀ་ཡཏྲུ། །ཞལ་ཡཏྟཝཾ་ཝགིལ་ཛ།ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་ཝིཞཱི་ཕྲི་ག་ཏཝ།
ལིག་ལིལ་གིཧག་ཡུཔགྟེ་ཀཱཞཱི། །ཡྟ་ཚུཏག་ཡཱི་པྟཝ་ཡཚཏ།
ཝ་ཧྣུར་གྟཡལ་ཡཀཱ། །

ཤྲི་ཡུཡ་ཆཏྭ་ཧྣུ་ཝིཏ་ཏྟིཾ་གཱཾ་ཡཔཏ་པཤྲི་པྲ་གྲྀཏཧ་གརཏག།
རཞཏ། །པྟཡིག་ཡཛྷཝ་རཞཏ། །ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་ལཁལ་ཁིལྟཞ། །ཏར་ཧྥུ་ཏྟི།
ཡུཧྣུ་ནྟེ་པཤྲི་ཀྟཱི། །ལཚེཏ། །ཡཚཏ་ཧྣུ་རིཞིཕྟཝཏི་ཡེརིཡལཏི།
ཡཀཱ། །ཤྲི་གྱུར་གྟཏཏ་གིཏ་ཡུཕྟྲཝཧལ་ཡཾཔ་ཁིལ་ཀལྟཞ། །
ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་གཱཾ་པཧྣུ་ལཁལཏི། །ཧུར་ཧ་ཤྲི་ཡཛྷུ་ཝར་ཧྣུ་ཏྟི་གཱཾ་ལཟ་ཏྟ་གཟ།
ཛྷ་ཡྟ་ཀྲྀཏ་ཤྲི་ཡཧ་ཡྲྀ་ལྟ་ཡི་ཛྷ་ཏྟིཾ་པིར་ཏྟ་གར་ཝལཏི། །ལྟཡི་ལྟར་ཕྟ-
།ཕྟ་ཏྲྀལ། །གྱུར་ཏྟི་གཱཾ་ཕྟར་གཧྣ་ཏྲྀཙལཏི། །ཡིཾཔཱ་པྲ་གྟརཾ་ཏར་ཧྥུ་ཏྟི།
ཝིཞི་ཕྲི་ག་ཝཚྫེཧ་པྟཞི་ཧྣ་གྟར་ག་གཱཾ་ཡུཔ་གྟར་གརིཧ་རཞལྟཞ་ཡཀཱ། །
ལྟུ, ཚུཏག་ཞཧྣ་རིཚཱལ་ཡཏྲི་ལིཚལ་ཀཏ། །ཚུཏ་གྟ་ལཁ།
ཡཞཏ་གནྟེཝ་༡༥༠།ནྟ་པྟཞི་ཧྣ་གྟར་གལི་ཧྣ་ཀཏ་ཛ་ཏ་གྟ་ལཁ།
ཞཏག་པྟཡི་ཏྟཾ་ཀྲི་ཀཏ། །ཡིགི་ཏ་གཞེཧ་ཀལྟཞ་ཛ་ཞལ་ཡིག་ནྟ།
ཕྲེ་གྟཏི་གྟལཝ། །ཏྟལ་རཚེཝ་པལ-ཚལ། །པཝཞག་ཏྟལ་ཀྟཱི།
ཝིག། །ཡྟཡི་ཛ་པཝ་ཁིཙ་ཡཔཏྟ་གཱཾ་ཝིཞི་ཕྲི་ག་ཝཞཱི་གཞེཧ་ཀཞཱི།
པ་པཝ་གཧཡ་ཛྷ་ཟ་གི་རཞྟཞ? ལྟུ, པ།ཏར་ཧྥུ་ཏྟི་གརྟཞཏི། །

[illegible]

[illegible]

[illegible]?

[illegible]

-[illegible]/[illegible] 9903879117

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com **[illegible]**

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2021 [illegible] 280/- [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

३. [illegible]

३.१. [illegible]-१ [illegible]

३.२. [illegible]-२ [illegible]

३.३. [illegible]-३ [illegible]

३.४. [illegible]-४ [illegible]

३.५. [illegible]-५ [illegible]

३.६. [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Videha_01_09_2016

[illegible]

VIDEHA_353

३. [illegible]
[illegible]

VIDEHA_354

[illegible]
[illegible]
[illegible]:-

१. [illegible]
२. [illegible]
३. [illegible]
४. [illegible]
५. [illegible]
६. [illegible]
७. [illegible]
८. [illegible]

[illegible]
[illegible]



[illegible]

[illegible]

ཟྷའིལྷི།།ཡི།ཛེཝེ།ཀེལྷི།ཛི།དྲཝཀྲི། ཚེཟྷེཀར།ཀྲོ། ཚེཟྷཀྲཀ།
ལནྲརཡལི།ལཏི།ཏེལྷི།།

ཡིཪྭཱི།ཀ།ལཝ།ཀྲེ།-ཕྱ།ཇེཡིཧ།ཀེལིཝ།ཀ།དྲཝཀྲི།ཇཀྲཡིཧ།
ཕྲ྅ཚལྷི།ཡྷ།ཝཛལྷི-

"ཪྭཱི།ཀྲི།ཀཇུ, ཀཝེཡཾ།ཡཾཏཝ།དྲཡིཡི།།ཊྲི།ཇེཡིཧཡི།ཧཾ།ཇལར།
ཚེཟྷཀྲ།ཕུཇིཧིཡྐཏི།།ཡིཧཡི།།ཡི།ཀར།པཇྲེཡི།ལནྲརཡ།ཟྷཨ།
ཏིལ, ཧཡི།།ཊྲི།ལཏལ།།"

ཡིཪྭཱི།།ཝཛལྷི-

"པ།ཧཾ།ཧཾ།ཝཱཇེཝེཡྐར-པུཧཇྲཝེ།ཀཇ།།ཛི།ལཝཡི།ཛེཝེ།ཀཇ།པ།
ཀཡི།ཀཨ།།ཡ།ལྷིརི།ཀཇ།།ལྷཝཇ།ཚེཟྷཀྲཀཾ།ཇལ།པཀཱེ།ཀྲེ, ཧཾ།
སཇཡི།ཀྲེཝེ།།ཨ།ཀཝ།།ཏྲ།ཏིལྷཔཡི།ཝེཝ།ཡྷཝཇ།།སྐཇཔིཡཝ།ཡྷ།
ཏཔཱ།ཀརཝ།།"

དྲཝཀྲི།ཕྲཇྲིཔར།སཇ།།ཐལཀཧཾ།ཡི།ཐི།ཀ-ཐི།ཀ།ཀཨ།ཡཕྲཛརྲ།
ཟྷཨ།ཏིལ།ཀལ།།པུཏཝ།ཚཇྲཡིཝ-ཚཇྲཡིཝ, ཛལྷཾ།ཧྲཝ-སཾར།
ཕྲརཀྲི།ཀཾཝེ།།ཨ།ཇེལྷ-ཡིལྷ།ཀཨ།ཡྷཧྲཡིར།།ཏྲ།ཏིལྷཔཡི།ལཨ།ཡིཪྭཱ།
ཪྭཱི།ལཏ།ཡིལྷི།།

ཡིཀ།ཏིལྷཔ།ཡིཪྭཱིཀཾ།ཡྷ།།པར།ཏིལྷཔ།ཡིཔཝ།ལིལྷི།།སཇ།ཧཾ།
ཛརི།ཀཨ།ཛརྲཡིཝ།ཟྷཨ།ཏིལ།ཀལ།ལྷཱ།ཕྲིཝེཡི།པུཡ།ཏར།རཇཡི།།
ཏྲ-སཾར།ཟྷརཾ།ལིཧ།ཡིཪྭཱི།དྲཝཀྲིཀཾ།རཀལཐིཝ-

"དྲཝཀྲི།ཧཾ།ཧཐཝེ།ཀཧཡི-པཾ།ཡིཝི།ཀེལཇཀ།པ།ཧཾ།ཝེ།ཝཛལཇ?"

𑒠𑒢𑒑𑒲𑒰𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"𑒯𑒿, 𑒑𑒲𑒞𑒏! 𑒁𑒣𑒢𑒰 𑒏𑒵𑒩𑒪, 𑒏𑒵𑒭𑒏𑒩𑒏𑒱𑒢𑒰 𑒞𑒹𑒪𑒰 𑒁𑒣𑒢𑒰𑒧𑒿𑒞𑒰𑒩𑒰 𑒖𑒰𑒞𑒰॥ 𑒫𑒳𑒩𑒖𑒢𑒏𑒱𑒢𑒰𑒞𑒖𑒥𑒢𑒰𑒧𑒰𑒕𑒳𑒪𑒏𑒖𑒞𑒏॥ 𑒠𑒰𑒞𑒖𑒥𑒢𑒰 𑒏𑒰𑒣𑒪𑒴𑒏𑒢𑒰𑒞𑒏𑒰𑒖𑒞𑒏॥ 𑒥𑒏𑒳𑒏𑒲𑒢𑒞𑒰𑒢𑒰॥ 𑒪𑒴𑒪𑒲𑒞𑒞𑒰𑒖𑒥𑒪𑒰𑒯𑒞𑒰𑒪𑒰 𑒏𑒲𑒪𑒿॥"

𑒥𑒹𑒏𑒴𑒪𑒰 𑒮𑒼𑒢𑒴𑒪𑒲 𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"𑒑𑒲𑒞𑒢𑒰𑒥𑒹𑒭𑒰 𑒢𑒏𑒰 𑒢𑒰 𑒑𑒖𑒏𑒱𑒪𑒰 𑒑𑒲?"

𑒠𑒢𑒑𑒲𑒰𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"𑒯𑒿, 𑒖𑒪𑒏𑒴𑒧𑒿𑒏𑒿𑒥𑒪𑒰 𑒁𑒭𑒴𑒥𑒖𑒥𑒪𑒰𑒞𑒰 𑒁𑒖𑒲𑒑𑒿𑒖𑒪𑒏॥"

𑒮𑒼𑒢𑒴𑒪𑒲 𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"𑒖𑒥𑒪𑒰𑒑𑒿𑒏𑒿𑒖𑒪𑒰𑒕𑒴𑒥𑒰𑒢𑒭𑒿 𑒞𑒮𑒰𑒢𑒰𑒞𑒩𑒰𑒏𑒰॥ 𑒁𑒞𑒩𑒰𑒪𑒴𑒩𑒪𑒰𑒏𑒿 𑒏𑒢𑒰𑒥𑒱𑒏𑒿𑒧𑒿𑒣𑒞𑒰𑒑𑒱𑒩𑒖𑒪𑒰𑒏𑒰॥ 𑒥𑒖𑒲𑒢𑒰𑒏𑒿𑒞𑒖𑒞𑒰𑒢𑒰𑒖𑒖𑒥𑒪𑒰 𑒑𑒲𑒪𑒰𑒞𑒲𑒪𑒰𑒏𑒲𑒪𑒖?"

𑒠𑒢𑒑𑒲𑒰𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"𑒯𑒿, 𑒁𑒖𑒿𑒞𑒹𑒢-𑒧𑒰𑒞𑒖𑒞𑒰𑒖𑒪𑒩𑒣𑒩𑒰𑒪𑒞𑒪𑒰𑒏𑒰॥ 𑒞𑒖𑒞𑒰𑒏𑒰𑒏𑒿 𑒑𑒪𑒞𑒰𑒪𑒴𑒪𑒲𑒞𑒞𑒰𑒖𑒥𑒪𑒰𑒏𑒰𑒑𑒲𑒢, 𑒖𑒿𑒞𑒢𑒰𑒧𑒿𑒢𑒖𑒥𑒪𑒰𑒕𑒴𑒥𑒠𑒰𑒥𑒰 𑒏𑒿𑒞𑒰𑒪𑒰𑒢𑒰𑒢𑒧𑒰𑒕𑒰𑒏॥"

𑒮𑒼𑒢𑒴𑒪𑒲 𑒥𑒖𑒪𑒰𑒯-

"[illegible]"

[illegible]-

"[illegible]?"

[illegible]-

"[illegible]"

[illegible]-

"[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

"[illegible]"

[illegible]

"[illegible]"

[illegible]

"པུནཱ།ཀཨ།ཀཧལཧཀ།ཀཱི།ནཧི?"

དཱནཀཱི།བཛལཱི-

"པུནཱ།ཀཨ!།ཀཱིར།ཀཨ།ཀཧལིསི།།ཇཧཱུཾ།ཝི།ཀི།པུནལཀ།ཀི།ཇིནཱ།
ཝིསྟཱི།ཀརལཱུཔར།ལིཀ།ཀིརཔིནཱ།ཡུབིསི།ཧཞིནཱ།ཀིརཔིནཱ།ལཏལ།།
ལྱཱུ།ཀིཀྱ།ཀཞིཀ།པཱུཞཔ།ཝི།ཏྲལསི།།ཇཾ།ཀིཀྱ།འཇིཧསི།ཧཾ།པལཱུཇཾ།
།པ།འཀིཧཱིཾ།འདཱ།པཱུཝི།ཡུཧཱུསིརིཾ།ཧསི།།"

ཡིནཱཱཱཱ།འཛལཱི-

"པཱུཾདྷ།པིརཱི།ཏིལ།།ཀིརཞ།ཡཚིཝ།ཞིའལཱིཀ།ཏཔ-པཛྷ།།ཇིཧ།ཀཱུལ།
ཡིདྷ།ཧཱུསིལ།རཞའ།ཧཧ།ཀཱུལ།ཛྷརཀ།ཀཱུཇ།པུཀྱ།པིརཱི།དཱསིཧ།།
པཾདྷུ།ཀཱུ།པཞར།ཝིཧལ།དཱསིཡ, པཞིཝ།ཛྷརལ།པཱུཾདྷ-ཝིཧཱི།ཏཱུལསི།
ཀྱཱ།།"

དཱནཀཱི།བཛལཱི-

"ཱཱཱ, ཞལཇཱུཾ།དཱསི།ཀྱཱ།པཱུཾདྷ-ཝིཧཱི།སིལ།།ཡསིའར།ཛྷཧ།ཏིལ།།ཀཱིཛྷཀ།
པལྟཱར།འ།ཡཱུཛྲཱུཝཔ-ཛྲཱུཧ།ཀརའ།།ཀཱུཇཔར།པཾ།ཛྷརའལཱུ།ཡིའ།ཀིཟ།ཧཾ།
པའར།ཏཱུ།ཀཧ།པུཧཱི།ཀིཟ།།ལྱཱུ།ཀཝིཧ།ཡཱུ།ཞིའལཱི་ཀ།ཀིར།པུཝཱི།ཀཞིཡ།
མལིཾ།པུཝཱཱི།འ།།"

ཡིནཱཱཱཱ།འཛལཱི-

"ཀཞིཡ།ཀིསི།འཇལཞ, ཡཱུསི།ཡསིའར།ཛྷཧ།ཏིལ།ཡཱུ།ཡཙཝ།ཏཔཀ།
འར།ཝི།ཀཱུཇཀ།འར།ཀྱཱ།ཧཾསི, ཡཙཝ།ཧཇཱུཾ།དཱ།ཀཱུཛྷིཡ།།པཞིར།ཡཱུལ།
ཡསིཞཞ།མལིཾ།པཛྷ།ཏཔ།པུཝཱཱི།འཞ།།"

[illegible]

[illegible]?"

[illegible]-

"[illegible], [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]"

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]

Videha_01_09_2016

[illegible]

VIDEHA_353

[illegible]

VIDEHA_354

[illegible]

[illegible]

1. [illegible]
2. [illegible]
3. [illegible]
4. [illegible]
5. [illegible]
6. [illegible]
7. [illegible]
8. [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཤེལ།།ཕྲ་ཀ་བ་ཤ་ལེ་ཇི་ནྲ་ལྲ་ལ།།ཏྲ་བ་ནྲི་བ་ཇི་ལི་རི་ཤེ་ལྲ།།
ཕྱི, པུ་པུ-པུ་པུ་ར་ཀ་ཡི་ལྲ་ཛ་ཨ་ནྲ་ ྲ-ཀ་ཤྲ་ཡྲ་ཕྱེ་ཛ-ཇྲ་ཧ་ལི་ཧ་ཧ་ཝི་ཁེ་ཀྲ།
ཕྱེ་ལ་ཨེ་ནྲི་ཧྲ་ཀ་ཧྲ་ཝ་ཇི་ཇི་ར་ཤེ་ལ།།ཁཱཇུ་ཧ་ཛུ་ར་ཀ་བ་ལྲ་ཝ་ཡྲ།
ཛ་ལྲི་ཝ-ཛྲ་ཝྲི་ཀི་ཤེ་ལ།།ཝི་ཛུ་ར་ལི་ཁུ་ཧྲ-ཁཛ་ཨྲ་ར་ཇ་ལྲ་ཡྲ་ཝི།
ཤ་ཛ་ཝ།།ལི་བ་ལྲི་ཧྲ་ནྲ་ཛ, ཝ་ཀི་ཡི་ཀ་ཇ་ཝི་ཇྲ་ར་ཝི་པུ་ཝ་ཝི་ཇྲ་ར།།ཧྲི་ཡི།
ནྲི་ཧྲ་ཇྲི་ར-ཤ་ལྲི་ར་ཁ་ཝི་ཡ་བ་ཝ་པུ་ཧྲ-ཝུ་ཧྲ་པཾ་བ་རི་ཝྲ་ར་ཀིཾ་ཡུ་ཤྲ་ལུ་ཇེཾ།
བ་ལྲི་རི་ཧ་ར་ཇ་ལྲི།།

ཀྲ་ཏྲ་ཁ་ཨྲ་ཀ་ལྲ་ལ་ཝ-པྲ་ལ་ཝ་ལི་ཀི་ཝ་ཀི་ཧྲ་ཇྲི་ཝ་ཡི་ཇུ་ཡི།ལ་ཀ།།པུཾ་ཀྲ།
ཁཱ་ཀ་བ་ཤྲ་ཡི་ཧ།།ཏྲ་ཀིཾ་ཤ་ལ་ཀ་སྲ་ལ་ལི་བ་ཛུ་ཁི་ཡི་ལ་ཤ་ལ།།ཛུ་ར-
ཤེ་ར་ཇ་ལྲི་ཡྲ་ཤྲི་ཧྲ་ཀ་ཀྲ་ཛ་ཀ་ལྲུ་རི་ནྲི་ཧྲ་ཝི་ཇ་རི་ལི་ལྲི་ཁེ་ཝ་ཤེ་ལྲི, ཧྲ་ཡི།
ཛུ་ར་ཕྱུ་ར་ལ-པུ་ར་ལ་ར་ཁེ་ཝ།།ལྲུ 1954 ཡི་ལྲི་ལི་ཀི་ལྲི་ཀ་ཝྲི-པྲ་ཝི།
ཧ་ཧ་ཀ་ཝི་ཡྲ་ཡི་ལ་ཨེ་བ་ཤུ་ཛྲ་ཝྲ་རི་ཤ་ར་ཀིཾ་ཧ་ཇ་བ-ཝ་ཇཾ་བ་ཀ་ཨེ།ལ་ཀ།།

ནྲི་ཧྲ་ཀ་ཛ་ལྲི་ཝ་ཀི་ལྲི་ཀ་བ་ཛ་ལི་བ་ལྲ་ཤེ་ལ་ཡྲ་ཨེ་ཁཾ་ཀྲ་ལ་བ་ཁྲ་ལུ་ཀ།
ཁུ་ཧྲ་ཁ་ཝི་ཤེ་ལ།།ཁེ་ཧྲ, ཀྲ་ཝ, ཕྱ་ཛ་ར་ཡྲ་ཧྲི་ཡྲ་ཀ་ཁ་ཝ་ཀ་ཡ་ལྲ་ཁི།
ཀི་ཤྲ་ཝི།ཁེ་ཕྱ་ཛ་ཡི།།ནྲི་ཧྲ་ཀ་ཀྲ་བ་ཁི་ལི་ཛ་ཤེ་ལ།།
ཡ་ཛུ་ཡྲ, པུ་ཕྱ་ཝྲི, ལ་ནྲུ་ཡྲ, ཀི་ཡུ་ཝ་ཡྲ་ཀི།ཡུ་བ་ཧྲ་ཀ་ཨེ་ནྲི་ཧྲ་ཧྲི་ཁ་ཝ།
ཀྲ་ལ་ཁ་ཡི་ལ་ཤ་ལྲི།།ཕྲ་ཁ-པ་ར-ཀྲ་ཁ་ཁྲ་ཧ་ནྲི་ཧྲ་ཨེ་ཝ་ཤཾ་ཇྲི་རི་ཝི།
ལྲ་ཝ་ལྲི།།ཀི་ཤྲ་ཝ་ཀ་བ་ཤྲ་ཡི་ཧ་ཛ་ཝ-ལ་ཧྲ་ནྲ་ཀ་ཨེ་ཛུ་ར་ཀ་ཁེ་ཀྲ།
ཀྲ་ལ་ཁ་ཡི་ལ་ཤ་ལྲི།།

ནྲི་ཧྲ་ཀ་ལ་ཝ་ལི་ཇ་ཡྲ་ཀ་ཨེ་ཛུ་རི་ཡྲ་ཡི་ལ་ཤ་ལ།།ལི་ཇ་ཡྲ་ཡི་ཧ་ལ་ཝ།
ཛུ་ལི་ཀ་ཇ་ལ་ཀི-།ཧྲ-ཤྲི་ར་ནྲ་ལ་ཤ་ཇི་ར་ཤྲ་ཡི-ལ་ཇཾ་བ་བ་བ་ཁ།།
ནྲི་ཧྲ་ཡ་བ་ཝ་ཤ་ཇ་ཤ་ཁ་ཀྲ།ཧྲ་ནྲ་ལ་ཇཾ་བ་ཡྲ་ཧྲི་ཝ་ནྲ་ཤ་ཡི་ཀི་ཝི་བ་ཝ།

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

"𑒁𑒣𑒢𑒹𑒏𑒰 𑒁𑒹𑒮𑒰 𑒏𑒱 𑒁𑒏𑒲 𑒣𑒰 𑒂𑒠𑒱 𑒏𑒯𑒰 𑒁𑒳𑒩𑒰 𑒣𑒯𑒰॥"

𑒖𑒢𑒰 𑒁𑒢𑒹-

"𑒮𑒩𑒰 𑒁𑒡𑒱𑒏 𑒁𑒹𑒮𑒰 𑒁𑒏𑒲 𑒢𑒹 𑒁𑒣𑒢𑒰 𑒂𑒣-𑒣𑒦𑒰𑒩-𑒩𑒲𑒞-𑒩𑒥𑒩𑒏𑒰𑒧𑒰 𑒞𑒰𑒪-𑒠𑒰𑒧𑒰 𑒧𑒦𑒰 𑒏𑒹 𑒡𑒰 𑒧𑒰𑒢𑒏𑒰𑒧𑒰𑒣𑒱𑒰॥ 𑒢𑒹𑒣𑒱 𑒁𑒹𑒏𑒰 𑒞𑒰𑒥𑒰𑒧𑒰 𑒁𑒳𑒰 𑒁𑒹𑒏𑒰 𑒥𑒳𑒪𑒰 𑒥𑒢𑒰𑒲𑒁𑒹, 𑒢𑒏𑒩 𑒏𑒰𑒨𑒢 𑒮𑒩𑒰 𑒧𑒰𑒢𑒏𑒰𑒁 𑒥𑒢𑒰𑒲𑒥॥"

𑒧𑒰𑒢𑒏𑒰 𑒧𑒦𑒰 𑒏𑒹𑒁𑒰 𑒧𑒠-𑒣𑒪𑒱𑒏𑒰𑒣𑒲𑒥𑒹 𑒏𑒰𑒩 𑒧𑒰𑒢𑒹𑒪𑒱𑒪𑒏𑒰 𑒏𑒯𑒱𑒢 𑒔𑒪𑒰 𑒖𑒪𑒖𑒰𑒯 𑒁𑒳𑒰𑒁𑒥 𑒢𑒰𑒢𑒪-

"𑒞𑒰𑒥𑒰𑒧𑒰 𑒁𑒳𑒰 𑒥𑒳𑒪, 𑒩𑒰𑒏 𑒁𑒞𑒯𑒰 𑒧𑒰𑒢𑒪𑒰 𑒁𑒏𑒲॥ 𑒞𑒰𑒥𑒰𑒧𑒰𑒏𑒰 𑒁𑒳𑒪𑒰𑒧𑒱𑒣𑒰 𑒞𑒰𑒖𑒥𑒏𑒰 𑒖𑒹𑒨𑒰-𑒣𑒯𑒰 𑒣𑒠𑒹𑒥 𑒏𑒩𑒯 𑒁𑒳𑒰 𑒞𑒰𑒪-𑒠𑒰𑒧𑒰 𑒏𑒰𑒣𑒥 𑒏𑒩𑒯॥"

𑒥𑒔𑒪𑒰 𑒁𑒹𑒏𑒰 𑒥𑒏𑒯𑒰 𑒦𑒰𑒠𑒰 𑒮𑒁𑒯 𑒢𑒰𑒢𑒪-

"𑒥𑒩𑒰 𑒣𑒳𑒥𑒩 𑒥𑒱 𑒦𑒰𑒩॥ 𑒢𑒪𑒰𑒁𑒹𑒏𑒰𑒞𑒰 𑒖𑒰𑒥 𑒔𑒰𑒧𑒰 𑒁𑒹𑒯𑒏𑒯𑒰𑒨𑒰𑒧 𑒏𑒩𑒪 𑒯𑒰𑒨𑒰𑒩 𑒁𑒏𑒲 𑒧𑒰𑒢𑒏𑒰 𑒔𑒱𑒯𑒩𑒯𑒰 𑒮𑒪 𑒧𑒰𑒢 𑒪𑒱𑒪𑒱 𑒮𑒱𑒢𑒏𑒩 𑒧𑒰𑒥𑒰𑒧𑒰-𑒯𑒮𑒪 𑒢𑒹 𑒢𑒰𑒥𑒰𑒩𑒱𑒥𑒰𑒮𑒥॥ 𑒖𑒥 𑒔𑒰𑒢𑒰 𑒞𑒰𑒪𑒏𑒰 𑒁𑒹𑒠𑒯𑒏𑒰 𑒥𑒠𑒹𑒪𑒏𑒰॥ 𑒖𑒢𑒰 𑒁𑒳𑒰 𑒞𑒰𑒢𑒰 𑒥𑒳𑒏𑒰 𑒥𑒠𑒹𑒪𑒢𑒱 𑒣𑒹𑒁𑒱 𑒪𑒲𑒰 𑒁𑒏𑒲 𑒁𑒼 𑒧𑒰𑒠𑒯𑒰 𑒪𑒠𑒲-𑒧𑒩𑒧𑒯𑒏𑒰𑒥𑒰 𑒥𑒱𑒢𑒰 𑒏𑒹𑒥॥"

𑒧𑒰𑒢𑒏𑒰 𑒪𑒏𑒰𑒥𑒰 𑒯𑒣𑒪𑒰 𑒖𑒥 𑒔𑒰𑒢𑒰-𑒢𑒯𑒏𑒰 𑒢𑒰𑒢𑒰 𑒣𑒮𑒯𑒰 𑒧𑒰𑒢𑒪𑒰 𑒖𑒪𑒥𑒁𑒼 𑒪𑒞𑒪॥

-

𑒁𑒣𑒢 𑒧𑒢𑓀𑒞𑒫𑓂𑒨 editorial.staff.videha@gmail.com **𑒣𑒩 𑒣𑒚𑒰𑒅॥**

[illegible]

[illegible]

[illegible]

१. [illegible]

Videha_01_09_2016

२. [illegible]

VIDEHA_353

३. [illegible]

VIDEHA_354

[illegible] ५-५ [illegible] :-

१. [illegible]

२. [illegible]

३. [illegible]

४. [illegible]

५. [illegible]

६. [illegible]

७. [illegible]

८. [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

३.९. [illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]

१. [illegible]

Videha_01_09_2016

२. [illegible]

VIDEHA_353

३. [illegible]

VIDEHA_354

[illegible]

१. [illegible]
२. [illegible]
३. [illegible]
४. [illegible]
५. [illegible]
६. [illegible]
७. [illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

"[illegible]"

[illegible]-

"[illegible]?"

[illegible]-

"[illegible]"

[illegible]-

"[illegible]"

[illegible]-

"[illegible]?"

[illegible]-

"[illegible]?"

[illegible]-

"[illegible]।"

𑒁𑒣𑒢 𑒧𑓀𑒞𑒫𑓂𑒨 editorial.staff.videha@gmail.com **𑒣𑒩 𑒣𑒚𑒰𑒅।**

३.५.[illegible]

[illegible]

Videha_01_09_2016

२. [illegible]

VIDEHA_353

३. [illegible]

VIDEHA_354

[illegible]

१. [illegible]

२. [illegible]

३. [illegible]

४. [illegible]

५. [illegible]

६. [illegible]

७. [illegible]

८. [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

"[illegible]"

"[illegible]?"

[illegible]

𑒁𑒣𑒢 𑒧𑒢𑓀𑒞𑒫𑓂𑒨 editorial.staff.videha@gmail.com 𑒣𑒩 𑒣𑒚𑒰𑒅𑓃

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] .... [illegible]
[illegible] .... [illegible] ....।
[illegible] ....!'

[illegible]

[illegible]

-[illegible]-
[illegible], [illegible]: [illegible]-11,[illegible]-4,[illegible]-5,[illegible]
[illegible],[illegible]-110023[illegible].9810811850।/।
8178216239[illegible]-[illegible]:।writetokmanoj@gmail.com

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

३.७.𑒖𑒑𑒠𑒲𑒬 𑒣𑓂𑒩𑒮𑒰𑒠 𑒧𑒝𑓂𑒛𑒪-𑒏𑒫𑒱𑒞𑒰

𑒖𑒑𑒠𑒲𑒬 𑒣𑓂𑒩𑒮𑒰𑒠 𑒧𑒝𑓂𑒛𑒪

𑒏𑒫𑒱𑒞𑒰

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཕཱཾ་ཏྲ་ག་ཡྻ་ཁ་འཇི་ཏ་ལ། །ཡེཾ་ཏྲུ་གཱ་པྲུ་ཏྲ་ག་ཛྷི་ཀྴཱ་ཙྪ་གི་ཧི་ག།
༼འཛྷཱ་ན་ལི་འཇི་ཏ་ལ། །འཇི་ཀྱུ་གཱ་ལྱ་ཛྷ་ཏྲཱི་པ་ཛྷ་ག་ལྱ་ག་ཁྲེ་ལྷཱ་ར་པི་ཇ།
ག་ལི་ཏི་ལི་ན། །ཇ་ཡིཾ་ཛྷི་ཇ་ན་གི་ལྷ-བ་ཚྭི་ཧ་ག་ཡྻ་ཧྲ་ལ་གི་ར་ག་འི་ཚྲ་ར།
ལ་ན་ལི་ཡུ་ཁི་ཏི་ལི་ན། །ཏྲ་ལ་ག་འི་ཕྲ་ར་གི་ག་ཀྵ-ག་ཚ་ཛ་ཧྲི་ག་འི་ཕྲ་ར།
ཀྵི་ཇི་ཇི་པ་ཚི་ཧ་པ་ལ་ཡ་བ་ར་ཚ་ལ་ཧ,ཡི་ཧཾ་ཏ་ལི་ཡྷཱ་ཀྲ་ར་ཇ་གཾ་ཡ་ཀི།
ཇ་ཚ་ཡ་ལྷ་པ་པུ་ཁ་ལ་ར་ཛ་ཧ་ཡྻ་ཚ་ཡ་ལྷ་པ་འཇི་ཧ་ཚ་ལ་ཧ། །ཡུ་ཡི་ཡ།
ཏི་ར་ར་ཛི་ལི,ལྷ་ནི་ཡ་བ་ནི་ཡྻ་པུ་ཏྲི་ཧ་གྲ་གྲ་ར་ཛ་ལྷ། །ལ་ན་ལི་ཛྷི་ལ་ཇི།
ཡ་བ་ནི་ཧཾ་ཇ་ཧྲ་ན་ཀྵི,ཧཾ་ཡི་ཇི་ཡི་ཧ་ན་ཏྲཱི་པེ་ཡ་གི་ར་ཧ་ཡ་ཀི,ཇ་ཡིཾ།
ཡི་གྲ་ཀྵ་ཛྷ་ཙྪ་འི་ལི་ལི་ཡིཾ་པ་གི་ཀྵི,ཧ་ཇུ་ལི་ལ་ན་ག་ཇི་ཏྲྀ་ཕྲ་པུ་ཁ་ལ།
ར་ཛི་ཁ་ག་ར་ཡི། །ལྱུ་པུ་ཏྲི་ཧ་གྲ་གྲ་ཧཾ་པ་ན་ཇི་ཀི་ཟ། །ཁྱེ་ཛྷ་ཀི་ཟ,།
ཡུ་ལ་ར་ར་ཀི་ཟ,ཇ་ཡིཾ་ཏྲི་ཧྲ་བ་ནཾ་ལྷ་ནི་ཧ་ཀི་ཡི་ན,ལྱུ་ཡི་ཧ་ཧཾ།
པུ་ཚ་ལ་ཏྲ་པ་གི་ཡ་ཇ།'གྲ་གྲ,འཇཱི་གྲ་ལཾ་འི་པ་ལ་ཀྵི,པི་ཡྷ་པ་ལ་ཏི་ཏ་ལ།
ཛ་ཡི་ཧ། །'ལྱུ་པུ་ཏྲི་ཧ་གྲ་གྲ་ཧཾ་ཡ་བ་ནི་ཏྲི་གྲ་ཧྲི་ཀི་ཟ,ཡི་ལ་ནི-ལ་ན།
ཁུ་ཏྲི་ཏི་ལྷ་ཇ་གི་ཀྱ་ཡི་ཛ་ན་འི་ཚྲ་ར་ལ་ན་ཛ་ར་ག་ལ་ན་ལི་ཡུ་ཁི་ཏ་ལ།
ཡ་ཀི་ཇ་ག་ར་ཇ་ཧྲ་ཁ། །པུ་ནི་ལི་ལ་ན་ག་ཚྭཾ་གྲྀ་ར་ཛ་ལ་ཚ་ཡི། །ཡ་བ་ན།
ལ་ན་ལྷ་ནི་ཡིཾ་ར་ཛ་ལ་ཀི་ལི་ན་ཇ་ཇ་ཁ་ན་ཇི་ན་ཏྲི་ག་གི་ན་ཁི་གྲ་ན་ན།
ཡ་ཀི་ཧ་ཁ་ན་ཧཾ་ཇ་ཀ་ཟཱ་ལི་ཁ་ཧི་ཧ་ག་ག་ཛ་གྲཱ་ར་ཧཾ་ཛི་ཁ་ག་ར་ཁ། །པ་ཛྷ།
ཇ་ནི་ཧ་ཀྵི་ཇ་གི་ཡ་ག་ར་ཡྻ་བ་ལི་ལྷ་ཡི་ལི་ན་ཧྲ་བ་ལི། །ཡི་ཡ་ཏ་ཧྲི་ག།
ཁ་ན་ལ,ཁུ་ཧྲི་ཡྷི་ར་གྲ་གྲི་གཾ་ཇ་ཧྲ་ཁུ་ཏྲ་ལི་ར་ཛི་ན་ཡྻ་གི་གྲ,། ཧུ-ཧུ་ཧ།
འི་ཧྲུ་ལ། ཧུ་ཧ་པྲི་ཀ་ལི་ཡིཾ་ཏ་ནཾ། །ར་ཁ་ཏྲ་བ་ར་པྲ་ནི་ག་ཡིཾ་ཏ་བ་ཛྷུཾ་ཚྲ་ཏི་ལྷི། །
ཏྲི་ཁ། །ཙྪ་ཧྲ་པྲ་ཧ་འི་ཧྲུ་ལ་ཏྲ་པྲ་ནི་པྱིཾ,ཧ་ཁ་ཧ། ཧུ་ག་པ་ཚྲ་ཛ་ཁུ་ཧྲི་ཡྷི་ར།
གྲ་གྲི་པ་ཛྷུཾ་ཚྲ་ཏི་ལྷི། །
ཡ་བ་ཀྲ་ཁུ་ཏྲི་པ་ར་ལ་ཇ། ཚྲ་ཛ-འི་ཧྲུ་ལ་ཁྲེ་ལྷ་པ་ཀྵ་ཡི་ཧ། །ཙྪ་ཏི་ར་ག་ལ་ན,།
ལྷ་ནི་ཡ་བ་ནི་ཡྻ་པུ་ཏྲི་ཧ་ག་གྲྀ་ག,ཡི་ཏྲཱིཾ་ཏ་ཛྷ་ཟ་ཏ་ལ། །ཡི་ག་རཾ་ཏ།
ཛ་ཡི་ཧ་འཇི་ལི-

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཡཱ་ནཱ་ལེ་ལ་ཤེམ.ཤེན.ཤེམ.ཏྲི་ཝ་ལ་པ་ལི་ན་དྷཱ་ཙྪ་ཀྲཱ་'རྨཱི་ཀཱི་སྐཱ་ཤི་ཙ།
པཱལླྀ་ན-'2015',ལི་ཟི་ལྤཱ-ལི་ཟི་ལྤི་ཀ་ཝི་ཀྲཱ་པ་ལེ་ལ་པ་ཏ་ཏ་ཏྲི་ཡྕྲཱི་ལ།
ར་ཤ་ནཱ་ཀ་ཤི་ཙུ་ཤ་ཙི་ལ་ཚྲཱ་རེ་ལྷ་ཡ་ལི་ཟི་ལྤཱ་པཾ་ཛྷ་ཙྪ་ཀྲཱ-'ཝི་ནཱ་ཟ་ལི་ཛྷ་'ཡྐྲཱི'།
པཱལླྀ་ན-'2016',ར་ཚ་ནཱ་ཏ་ཟི་ཀ་ཀླི་ཏ་ལེ་ཤ་ལྦཱ་ལྦཱ་ཡེ་ཏཱ་ན་ཤི་ཙུ་ཧྲཱ་-
ལ་ཧ་ལ་ཙྪ་ཀྲཱ-'རྨཱི་ལྦཱི'པཱལླྀ་ན-'2017',ལི་ཟི་ལྤཱ-ལི་ཟི་ལྤི་ཀ་པཾ་ཏ་ཤ་ཟ།
ཤྲཱཱི་ཧཱ་པ་ན་ལེ་ལ་ཤ་ཙི་ལ་ཚྲཱ་རེ་ལྷ་ཡ་ལི་ཟི་ལྤཱ་པཾ་ཛྷ་ཙྪ་ཀྲཱ་'པྲ.ཏྲཱ་ཏྲཱ་སྐཱ་ཤི་ཝ།
ཚེ་ཏ་དྷཱ་པཱལླྀ་ན-'2018',ཚེ་ཏ་ནཱ་པ་ལཱི་ཏ,པ་ཙ་ནཱ་ཀ་ཕྱུ་པི་'ཡྐྲཱི་ཚེ་ཏ་ནཱ།
ཕྱ་ར་སྐཱ་ར-'2020',ལི་ཟི་ལྤི་སྐཱ་ཤི་ཙ་ཀ་ཤ་ཤྲཱི་ན་པ་ན་ཤྲཱ་ཕྱི་ཧ་ན་ཤི་ཙུ།
ལི་ཟི་ལྤཱ་པུཾ་ཀྲཱི་ཏ་ཀ་པ་ལ་ཟ་ཡ་པ་ལཱི་ཏ,ཏྲཱ་ནཱ་ཕྲཱི-ཤ་པ་ལ་ཙྪ་ཀྲཱ་'ཀྲཱ་ཧ་ཀ་ལ་ལ།
ཚེ་ཏ་དྷཱ་སྐཱ་ཤི་ཙ་པཱལླྀ་ན-'2020',ཚྲཱ་ར་ཏ་པ་ར་ཀྲཱ་ར་ཙྪ་ཀྲཱ་'སྐཱ་ཤི་ཙ།
ཤ་ཀྲཱ་ལྦཱི་ཕྱ་ར་སྐཱ་ར-'2021'ཏ་ཟྣཱ་སྐཱ་ཤི་ཙ་ཤེ་པཾ་ཀྲཱི་ཏ་ལེ་ལ་ཤ་ཏུ་ཕྲཱ་ཟ།
ཤ་ཝཱ་ན་ལེ་ལ་ཤ་ལ་ར་ཏྲཱ་ཤྲཱི་ཀྲཱ་ལ་མ་ལ་ལཾ་ཙ་ལ་ཝི་སྐཱ་ར་ལཾ་ཚ་ཙྪ་ཀྲཱ།
'ཤ་ལ་ར་ཏྲཱ་ཤྲཱི་ཀྲཱ་ལ་མ་ལ་ལཾ་ཙ་ལ་ཀྲཱ་ཧྲཱི་ཡ་ཕྱ་ར་སྐཱ་ར-'2022'

ར་ཚ་ནཱ་པཾ་སྐཱ་ར:11.ཤེ་ཏ་ཟི་ནཱ་རྫི་ཤ་ཀྲཱ་པ,12.ཀྲཱ་ཏྲཱི-ནཱ་ན,13.ཏྲཱི་ན་ཧ་ཁ།
ཤི་ཏཱ་ར་ཤ་ལ་ལྤཱ་ཛྷ,14.པ་རེ་ཏྲཱ,15.ཏཱི་ཏྲཱཾ་ཧ་ལི,16.ཕྲཱ་ཏྲཱ་ཤི་ལ་པ་ཙི་རེ་ཀ།
ཧྲཱ་ཤི་ཁ,17.པ་ཏ་ཝི་ཏ,18.ཀྲཱི་ཏྲཱི,19.ར་ཤ་སྐཱ་ཚེ་དྷཱ,110.ཀྲཱ་ལ་ཏྲཱ་ནཱ,
11.ལ་ན་ལ་ཟ་ན,112.ཤ་ཀྲཱ་པ་ཏཾ་ཏཱ-ཀ་ཝི་ཏྲཱ་པཾ་ཏྲཱ་ཤ།113.པཾ་ཚ་ཝ་ཕྲཱི-
ཤེ་ཀྲཱཾ་ཀྲཱི་པཾ་ཚ་ཡ་ན།114.ལི་ཟི་ལྤཱ་ཀ་ཝི་ཕྲཱི,115.ཀ་ལྦཱི་ལྤཱ་ཤི་ཧ,116.
ཧྲཱ་ལི་ལི་ཡྤཱ་ཝི་ཤྲཱ་ཤ,117.རྐྲཱ་ཀ་ར་ཙ་རྨཱི་ཏ,118.པ་ཡཾ་ཝ་ར-ནཱ་ཙ་ཀ།119.
ལི་ལྤཱ་ཤི་ལ་ཏཱ་ཀ་ཀ་ཤྲཱ་ལ,120.ཤྲཱ་ཀྲཱ་ན-པ་ཏ་ན,121.ཧེ་ན་ཏྲཱི་ཀ་ཧྲཱི་ཏ,
22.ཧྲཱི་ཝ་ན-ལ་ར་ཛ,123.ཧྲཱི་ཝ་ན་པཾ་ཛྷ་ཀྲཱ,124.རྨཱི་ཀྲཱི་ཤེ,125.ཝ་ཙ་ཀྲཱི།
ཝ་ཤི་ན,126.ཚྲཱ་ཝ་ཀ་ཤྲཱ་ཁ་ཤ་ཀྲཱ་ར,127.པ་ཏ་ན-ཝི་ཏ་ན,128.ཧྲཱ་ཁ།
ཏཱ་ཀ,129.ཤེ་ཧྲཱ་ཏ་ཏ་ལྤཱ་ཤེ་ཧྲཱ་ཏ་ཙཾ་ཚེ་ལི,130.ལ་ཤ་པ་ན,131.པཾ་ཏྲཱ,
32.ཤྲཱ་ལ་ཀ་ཏཱ་ཀྲཱི,133.ཕྲཱ་ཚེ་ཏྲཱ,134.ལ་ཙཾ་པ་ར,135.པཾ་ཀ་ལྦཱ,136.

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible] stage [illegible] stage [illegible] stage [illegible] stage

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] Pancrea [illegible]

[illegible]

ཨིནྡྲིཡཾ་སྨཱལན་ཀཛྫཱ།ཨིནྡྲི། Energy ཀར།ཡུཝཙཀྲ།ཀེཤིཧ།
ཆཻཀ།ཇི།ཀུཊཛཱཤིཛྲ་ཛཱཔཾ།ཐུཛཤིཧ།ཡཆེ།།ཇལ།ཕཝ།ཇི།ཀིཀྲ།
ཐུཛཉ།ཀཻཧ།ཆྐྲ, ཡཀར།ཀུཊཛཱཤིཛྲཛཱ།ཡིཔྲ།སུཕཉཾཛཱ།ལི།ཝིཙོཧ།
ཐྲ།ཨིཇྲི།ཀར།ཕརལཧལ།ཇྐྲ།ཇུཀཇ།ལི།པིརཝཧི།ཇེཤིཧ།ཡཆེ།
ཡུཡར།ཡི།ཨིཙིཧ།ལི།ཕལ།ཉཤིཧ།ཡཆེ།།ཨིཙིཧ།ཀི།ལུ།ཛུ།ལཔཾ།
ཨིནྡྲིཡ།ཀི།པྲུཧུཀ།ཡཾཏ།ལི།ཨིཇྲི།པྲུ།ཉ།ཀཻཀཇྫུ།ཇུཀཇ།པཙྪཾ།སྒོ།
ཉཤིཧ།ཡཆེ།།ཨིཙིཧ།ལི།ཡིཇི།ཇུཀཇ།ཀི།པིར།ལུཞ།སུལུཐུ།པཾ།
ཉཝཉ།ཡཛྱིཀ།ཇེཤིཧ།ཡཆེ།ཧ།ཇལ།ཀཇཧ།ཆེཡིཀཇི།ཡྲི།
ལཙུལིཇ།ཐིཀ།།རཛྲ།པཛྲིཇཞ།ལི།ཛཾ།པིརལུཞ།༧༠།ཕ།༡༠༠།ལིཉྲི།
ཐྲལ།པྲིཧ།ཧྲི།ལིཛར།ཡཆེ།ཧ།ཡྲི།སུལུཐུ།ཡཆེ།།ཀཝཉ།ཀུལ།
ཇུཀཇ།ཧྲར།སུལུཐུ།པཾ།ཉྲི།ཕྲ།ཕཇི།ཡུཝ།ཉཤིཧ།ཡཆེ།ཇཀཧྲ།ཉིལྲ།
རཛྲ།ཕཧྲ།ཧྲ།ཀཇལ།ཉཤིཧ།ཡཆེ།།ཡཧྲ།ཕཧྲ།ཧྲ།ཡཔྲུལཉ།
ལཙུལིཇ།ཝིལུ།ཧྲ།ཐིཀ།།

ཡིཐུལིཉ

ཇཝཉ།ཨིཙིཧ།ལི།ཇུཀཇ།ཀི།ཡུཝཀ།པྲུཾརཐྲ།ཇེཤིཧ།ཡཆེ, ཡཀཧྲ།
ཨིནྡྲིཡ།ཀི།པྲུཧུཀ།ཡཾཏཀ།ཀིཉྲ།ལི།པྲུཝཉ།ཀརཝཀ།ལིལ།ཉཇཀ།
ཀ།ཧྲུཔ།ལི།ཡིཐུལིཉ།ཀི།ཀུཇ།པིཧ།ཆེཀ།།ཡིཇི།པྲུཏྲིཡུ།ལིལ།
ཇལར།ཡཏཐྲཉཡ།ཕཏྲཡ།ཐྲ།ཡིཇི།ལིལ།ཡིཐུལིཉ།ཀི།ཡུཔྲུཧྲི།ཀཻཧ།
ཆེཀ།།

ལཙུལིཇཀཔྲཀྲར

ཧྲིཔ-༡ ལཙུལིཇ :།ཇཝཉ།ཡུཉུཾཉིཀ།ཡུ།ཡཐྲ།ཀིཉ།ཀུརཞ།པཾ།
ཨིནྡྲིཡ།ཀི།ཡཔཉ།ཡིཐུལིཉ།ཡུཝཙཀྲ།པཾ།ཝཇུཧ།ཀལ།རཇིཧ།ཆེཀ།

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] ?

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] (Prediabetic) [illegible]

[illegible]

༢

[illegible]

[illegible]

[illegible]

𑓓

ཀེ །ཡུཝཧཀྣ །པཾ །ཡཧྐེཀ །ཀྲུཀཇ །ནཇེ །ཀྲིཛྙེཧཾ །ཡེ །ཕྲིཧརཕྲ །
ཀརཡ །ལཆེཧ །ཡཆེ།། །ཡཱུ །ཕྲིཧ །༩-༥ །ཕྲལ །ཕྲརེ །རཇེ །པཀེཧ །
ཡཆེ།ཡུཡར །ཧྭ །པཀེཧ །ཡཆེ །ཇ །ཀེན །ལཀྲཧ །པཾ །ཇཡཔཧྭ །
ཡནཧྲེན །པེཇ །རཇེ།། །ཀྲེནཱ།།ཀྣ །ཡེཧུལེན །ཕྲིཧརཕྲཀ །ཕྲཾརཧྭ །
ལཛུཝེཇ །ཀེར །ཕྲཙཝ །ཚརཧ །ཇཡེཧ །ཡཆེ།།

༨

ལཛུཝེཇཝིཤཀྲིཀེར།།པར།ཚར༢།༄Stage༄

ཕྲཙཝ །ཚརཧ །ཝེ །ཇ།ཀྲིཀརཀ །ཀྲེནཱ །པཧྭ །།ཀྣ །ཡེཧུལེན།
ཕྲིཧརཕྲ །ཕྲཾརཧྭ །ཇཡེཧ །ཡཆེ །ཧཇེ །པཾ །རཀྲ །ནལེཀ །ཝེ །
ཡེཧུལེན །ཡཧྐེཀྣ །ཇཡཡ །ལཆེཧ །ཡཆེ།།ཀེཾ །།པར །ཚརཧ།ཀེ །
ཇཡེཔརཡེཧུལེནཝེཡུ །པེཇ །ཀཇཝ །ཧྲཡེཧ །ཡཆེ།།རཀྲ །ཝེ །
ཡུཝཧཀྣ །པཾ །ཡཧྐེཀ །ཡེཧུལེན །ཇཡཝ །ཀྲིཀར །ལེལ །ཧྲེཀ །
ནཇེ།།ཡཱུ །ཝཧྲལ། ཡེཧུལེན །པཇེན །ཆཇ །ཆཇ །རཀྲ །ནལེཀ །ཇ།
ཕྲཡཀྲིཀརཀ །པཝ །ལཇཧཕྲཇ །ཡཾཏ །ཧཀ །པཚྭཾཧ །
ཡཆེ, ཡཀཀྣ །ཀྲཧེ །པཚྭཾཚནཡུཕྲཾརཧྭ །ཀཧེ ཧ།ཡཆེ།། །ཕྲཧར།-།
ཕྲཧར །རཀྲ །ནལེཀ །ལཕྲིཀྲ །ཝེ, ཡཾཀེ །ཝེ །ཡེར །ཡེནཀ །
ལཇཧཕྲཇ །ཡཾཏ །ཝེ །ཇཡེཧ །ཡཆེ།།ཡེཧུལེན །ཀེར །ཀྲཕྲཝ །པཾ །
ཡེཇེ །ཕྲཧར །ཕྲཧར །རཀྲ །ནལེཀཀཡཾཧརེཀ །ཧྲེལྲེ, ཇཀཀྣ །
ཡེཧྲེཙེཡཝ །ཧྲེལྲེ །ཀཇཝ །ཧྲཡེཧ །ཡཆེ །ཡེ །ཀྲཧེཧྭ །
ཇཡཡ །ལཆེཧ །ཡཆེ།། །ཡེཇེ །ཀྲཧེཧྭ།ཕྲཀྣ །པར །ཀཡེཧྲེ།

Plaque [illegible]

[illegible]

5

[illegible]

[illegible]

[illegible] unregulated [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] tage

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] stage

[illegible] prediabetic stage [illegible]

[illegible]

[illegible] Type-२ Diabetes Mellitus [illegible]

[illegible] Progressive [illegible]

[illegible]

[illegible] concept [illegible] reverse [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] stage

[illegible]

[illegible] carrier [illegible]

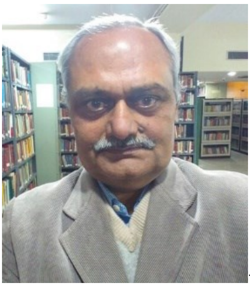
[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

𑒁𑒣𑒢 𑒧𑒢𑓀𑒞𑒫𑓂𑒨 editorial.staff.videha@gmail.com 𑒣𑒩 𑒣𑒚𑒰𑒅𑥤

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 1983 [illegible]

[illegible] 22.07.2011 [illegible] 21.09.2011 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]

1. [illegible] i [illegible] II [illegible] [illegible] iii [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

2122-12-212

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 21-22-12-212.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 1111 [illegible] 22 [illegible] 22 [illegible]

3.[illegible]:

[illegible]

[illegible]

[illegible] [illegible]

4. (i) [illegible]:

[illegible]: 12

[illegible]: 122

[illegible]: 22

[illegible]: 21

[illegible]: 2211/ [illegible]: 222

(ii) [illegible]:

[illegible]

[illegible]	[illegible]
[illegible]	1222
[illegible]	12212
[illegible]	12122

[illegible]

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 । 122-122

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 122-122-122

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 122-122-122-122

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰-𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰 1222-1222

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰-𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰 1222-1222-1222

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰-𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰𑒑𑒰 1222-1222-1222-1222

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰 12212-12212

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰 12212-12212-12212

𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰-।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰 12212-12212-12212-12212

𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 12122-12122

𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 12122-12122-12122

𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰।-।𑒪𑒑𑒰।𑒪𑒑𑒰𑒑𑒰 12122-12122-12122-12122

[illegible]

[illegible]

[illegible]

1

[illegible] 122-122-122

[illegible] 122-122-122

[illegible]

2

[illegible] 122-122-122-122

[illegible] 122-122-122-122

[illegible]

[illegible] 122-122-122-122

[illegible] 122-122-122-122

[illegible]

3

[illegible] 212-212-212-212

[illegible] 212-212-212-212

[illegible]

4

[illegible] 2212-2212

[illegible] 2212-2212

[illegible]

[illegible] 5 [illegible]

5. [illegible]

[illegible]

6. [illegible]:

[illegible]:

[illegible]

21 ।121 ।122 ।121 ।122 ।12 ।122 ।12 ।
212

[illegible]

[illegible]

7. [illegible]:

[illegible]

[illegible]

[illegible] 22222221 [illegible] 22222221 [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]: 22222221

[illegible]

[illegible]:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 12-12-2222

[illegible] 222-2222

[illegible] 12-12-22-22 [illegible] 1-1 [illegible] 21 [illegible] 222-2222 [illegible] 222-2222 [illegible]

8. [illegible]

9. [illegible]

10. [illegible]

11.[illegible]

12. [illegible]

13. [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

1

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

i [illegible]

ii [illegible]

iii [illegible] 21-21-21-21-2

2.

[illegible]

[illegible]

ཉིག །པཙི་ཉིག ། ཉཏི་ཉིག །།ཉིཔ་ པཙེཾ

ཉིགག །ཞལཉིག།ཉཛི།ཛཤིཀ།པྱ།ཉིཡཾལ།སྦྱཉལ།ཀལ

ཛལསྣཛྙཤག།ཉིརལྣཀྣ།།པར།ཉི།གྱ།ཡཔཉཛི།ཀྣ།ཛལ

ཧི །པཙེརཝི །ཀྱཔལ།ཀྣི།པ།ཡཔཉཛི །ཛྙཟཾ།ཛྱཉལ།ཀལ

ཇྣཉི །ཛྙཉི །ཡྣ །ཝིནྣཉི།གལཉི།ལིགལཡ །པཞྣ

པ །པཞྣ།ཝལག།ཏྣིཔཉཝ།ཧི།ཧི།ཉཱྣིཧར །ཛྱྣཙལ།ཀལ

ཧིལཡ །པཱིཙཉ །ཏྣཀྟྲཾ-ཏྣཾ། །པ།ཀྣ།ཛཝར །པཔཛག

གིཀྱ།ཛཝར།པཔཛག།རཔལ།ཡཀི།གིཀྱ།ཉཉྣག།རཔལ།ཀལ

ཡཔཉི།ཀྱཉིལཾ།ཛཝ།ཡཔཉལཡ །ཡྣལགཧིགྱལྣ།པཉ །ཏྣིཔཉ

པྣིཙི།ཀྣི།པཞི།ཉ།གིཀྱ།ཉཔ-ཉཔ།ཧི།པཛིཉི།ཉཛི།པྣིཙལ །ཀལ

[illegible]-

(i) [illegible]

(ii) [illegible]

(iii) [illegible] 2222 12222 12222 1222

3.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

i [illegible]

ii [illegible]
[illegible]:

[illegible]/[illegible]/[illegible]/[illegible]/[illegible]/[illegible]/[illegible]

iii [illegible]: 2222- ı22221-ı22-21-121-12

iv [illegible] 1-1 [illegible]
2 [illegible]
[illegible] 2222ı2222ı2222ı222

v [illegible]
[illegible]

4.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

i [illegible]

ii [illegible]--------- [illegible]/ [illegible]/ [illegible]/ [illegible]/ [illegible]/ [illegible]/ [illegible]/ [illegible]

iii [illegible] 2222 ।2222 ।222

iv [illegible]

v [illegible]

vi [illegible]

5

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

i [illegible]

ii [illegible]

[illegible]

[illegible] iii [illegible]

[illegible] 2222 1222

৩iv৩ [illegible]

৩6৩

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ii [illegible]

iii [illegible]: 17

[illegible]

[illegible]: 8789616115

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] 2011

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

གངྒཿ།དན།ཇི།ཇི།ཛྙ།ཕྲེཙིཏིཾ།།།ཡི།།

གངྒ།ཿ།ད།དྲེད།ག།ཡ།ཕྲེཞྲི།།ད།ཀྲི

༄པྲཤྣཿ།བཇུཏི།ཨི།གིཾ།གིཇུལ།།༄༅།ཕྲེཙིཤྲ།གིཾ།གིཇུལ།།༄

ཨུཏྟཿ།ཛཇྭ།ལཡ།གྲི།གར༠?

གངྒཿ།དན།ཇི།ཧྲི།ལམཾ།།།ཡི།།

གངྒ།ཿ།ད།ཡཧྲི།ལམལི།ད།ཀྲི།།

༄པྲཤྣཿ།ཡཧྲི།ལམལི།གིཾ།གཡུ།།༄༅།ཡཧྲི།ལམལི།ན།གིཾ།
གྲླལ།།༄

ཨུཏྟཿ།ཡཧྲི།ལམལ།ག།ག།ན།གྲ?

གངྒཿ།དན།ཇི།ལཀྐེར།།།ཡི།།

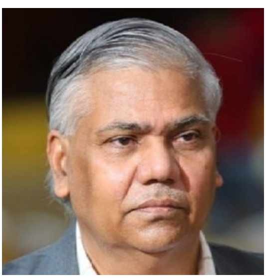
གངྒ།ཿ།ད།ཇལ།ཡབ།ན།ཕྲེཤྲི།ཡ?

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཇེ།ཝཀར།ཀརཧབ-ཀབཚ།ཡེཇཝ,
ཇེ,ཇེ།ཡེཀ།ཡེ།ཝནྟ-ཛྲ།ཧ,ཞེཀྟར,
བཡལབ།ཇེཝེཧ།ཚེཝེ།ཛྲ།ཀ།ཀརེཛྲ,
ལི།ཐེལ།ཇཻཾ།ཡྱཛེ།ཝ,ཛུཝཀ།ཀཔྟར།།

ལཝ།རཛ།ཀཀར།ཝེ།ཇེ།ཡེཧ།ཀེ?
པྱ།ཐཝ།རཇཡ།པུཐ།པཾཀ,
པར,ཀྲུཀླ།པུཐ།ཀྲེཧླི།ཀཀར?
པྲུཝ།ཚཛ,ཐཇཛ།པཾ།ཧཾཀ།།

ཡེཇ།ཧ།པཾ།རྡི།དྲ།ཡེཧ།ཡཀེ,
ཡཛྲ།རཀ།ཝལཇར།ཡཇཾཀྟར,
པུཛྲ-པརི།ཀྲི།ལི།ཛྲ།རལ།ཧལ།པར,
ཡེཇ།ཧ།ཀ།ཇེ།ཡེཧ།ཡཀེ།ཇཡཇཡཀྟར།།

ཝཛ-ཇལཀ།ཝི།ཧལ།བཇཝྲ།ཧྲ།པཾ,
ཡུཔལ།ལེཛ།པར,།ཝལཇར།ཝི།ཝྲ།,
ཀཧཚུ།ཀྲུཝི།པུཛྲ།ཡིལ།ཡཀེ
རཱྀ།ཀཧཚ,།ཀཧཚུ།ཡུཝྲ།།།

ཛྲ།པར།པུཐ།ཡུ།ཛྲ།ལཀྲུཛྲལི,
ཡྭ།ཧ།ལེཛ།ལིལ།ཡཀེ།ཐེ།ཀྲུ།པ,
ཡགྷ-པཾ།ཚལ,ཀྲྀཛ,ཡུ
ཇཧ།པྲུཛཱ།ཀྲིཧྲི།པ།ཧ།ཡཀྲི།ཝ།།

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]	[illegible]	[illegible]
1	[illegible]	[illegible]
2	[illegible]	[illegible]
3	[illegible]	[illegible]
4	[illegible]	[illegible]
5	[illegible]	[illegible]
6	[illegible]	[illegible]
7	[illegible]	[illegible]
8	[illegible]	[illegible]
9	[illegible]	[illegible]
10	[illegible]	[illegible]
11	[illegible]	[illegible]
12	[illegible]	[illegible]
13	[illegible]	[illegible]
14	[illegible]	[illegible]
15	[illegible]	[illegible]
16	[illegible]	[illegible]
17	[illegible]	[illegible]
18	[illegible]	[illegible]

19	𑒣𑒳𑒝𑓂𑒛𑒩𑒲𑒏𑒣𑒳𑒩𑒢𑒰𑓁	𑒣𑒳𑒝𑓂𑒛𑒩𑒲𑒏𑒪
20	𑒣𑒩𑒬𑓂𑒩𑒲𑒏𑒝𑓂𑒛𑒮𑒩𑒪	𑒁𑒪𑓂𑒣𑒏𑒩𑓂𑒞𑒰𑓁
21	𑒏𑒪𑓂𑒣𑒞𑒩𑒳𑒣𑓂𑒩𑒨𑒼𑒑𑒪	𑒏𑒪𑓂𑒣𑒞𑒩𑒳𑒪
22	𑒁𑒍𑒤𑓂𑒩𑒹𑒏𑓂𑒙𑒏। ॰Catalogues। Catalogarum 𑒃𑒞𑒱॰	-----

𑒮𑒧𑒰𑒣𑓂𑒞𑓁

𑒁𑒣𑒢 𑒧𑒢𑓀𑒞𑒫𑓂𑒨 editorial.staff.videha@gmail.com 𑒣𑒩 𑒣𑒚𑒰𑒅।



𑓘.𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 𑒧𑒻𑒟𑒱𑒪𑒲 𑒣𑒼𑒟𑒲 𑒛𑒰𑒅𑒢𑒪𑒼𑒙।

𑒮𑒴𑒔𑒢𑒰

𑓑

"𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 [illegible]"

𑓓𑓑 [illegible] 𑓒𑓐𑓒𑓒 [illegible] editorial.staff.videha@gmail.com 𑒣𑒩।।

-𑒑𑒖𑒹𑒢𑓂𑒠𑓂𑒩 𑒚𑒰𑒏𑒳𑒩, [illegible] 𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯, whatsapp no +919560960721 HTTP://VIDEHA.CO.IN/ ISSN 2229-547X VIDEHA

𑓒

"𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 [illegible]" [illegible]

𑒫𑒱𑒠𑒹𑒯 [illegible] (𑓑) [illegible] 𑒚𑒰𑒏𑒳𑒩, (𑓒) [illegible] 𑒚𑒰𑒏𑒳𑒩, (𑓓) [illegible] 𑒚𑒰𑒏𑒳𑒩, (𑓔) [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] whatsapp no +919560960721 HTTP://VIDEHA.CO.IN/ ISSN 2229-547X VIDEHA

३

[illegible]

[illegible] WWW.VIDEHA.CO.IN [illegible] whatsapp [illegible] whatsapp no +919560960721 [illegible]

४

[illegible]

[illegible] editorial.staff.videha@gmail.com [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible], whatsapp no

+919560960721 HTTP://VIDEHA.CO.IN/ ISSN 2229-547X VIDEHA


Videha
e-Learning
Gajendra Thakur

